

UNIVERSIDAD DE HUANUCO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN, CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN
SUPERIOR E INVESTIGACIÓN**



TESIS

“PRÁCTICAS Y PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2019”

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN CIENCIAS
DE LA EDUCACIÓN, CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN
EDUCACIÓN SUPERIOR E INVESTIGACIÓN**

AUTOR: Delgado Y Manzano, Jose Manuel

ASESORA: Pajuelo Garay, Paola Elizabeth

HUÁNUCO – PERÚ

2021

U

D

H



TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Calidad educativa y desarrollo académico

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias sociales

Sub área: Ciencias de la educación

Disciplina: Educación general (incluye capacitación y pedagogía)

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Maestro en ciencias de la educación, con mención en docencia en educación superior e investigación
Código del Programa: P27

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22420730

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22521771

Grado/Título: Doctora en ciencias de la educación

Código ORCID: 0000-0002-3019-4681

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Escobedo Rivera, Froilan	Doctor en educación	22400177	0000-0003-4306-8841
2	Pumayauri de la Torre, Laddy Dayana	Doctora en ciencias de la educación	41239006	0000-0002-3695-6237
3	Boyanovich Ordoñez, Ana Gabriela	Magister en ciencias de la educación psicología educativa	22520775	0000-0002-2071-1411



ACTA DE SUSTENTACIÓN DEL GRADO DE MAESTRO (A) EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

En la ciudad de Huánuco, siendo las 11:00 a.m. horas del día 06 del mes de octubre del año 2021, en el Auditorio de la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades, en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados de Maestrías y Doctorados de la Universidad de Huánuco, se reunió el Jurado Calificador integrado por los siguientes docentes:

(Presidente) Dr. Froilán Escobedo Rivera
(Secretario (a) Dra. Laddy Dayana Pumayauri de la Torre
(Vocal) Mg. Ana Gabriela Boyanovich Ordoñez

Nombrados mediante Resolución N° 355-2021-D-EPG-UDH, para evaluar la tesis intitulada **“PRÁCTICAS Y PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2019”**, presentada por el/la Bachiller **Jose Manuel DELGADO Y MANZANO** para optar el Grado Académico de Maestra (o) en Ciencias de la Educación, con mención en Docencia en Educación Superior e Investigación.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas; procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del Jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) **Aprobado** por **Unanimidad** con el calificativo **Cuantitativo** de **Quince (15)** y cualitativo de **Bueno** (Art. 54).

Siendo las 1:00 p.m. horas del día miércoles 06 del mes de octubre del año 2021, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

.....
PRESIDENTE

.....
SECRETARIA

.....
VOCAL

DEDICATORIA

A Dios que está siempre conmigo.

A mis padres Delina Victoria y
José Portes, como recuerdo a su
Memoria.

A mi esposa e hijos.

José Manuel

AGRADECIMIENTO

Mis sinceros agradecimientos:

A la Universidad de Huánuco por darme la oportunidad de estudiar y obtener un grado profesional.

Al Dr. Froilán Escobedo Rivera y a la Dra. Paola E. Pajuelo Garay, por su motivación y enseñanzas.

A los docentes de la Escuela de Postgrado de la UDH.

El autor.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VII
ÍNDICE DE FIGURAS.....	IX
RESUMEN	X
SUMMARY.....	XI
INTRODUCCIÓN	XII
CAPÍTULO I	14
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
1.1. Descripción del problema	14
1.2. Formulación del problema	16
1.2.1. Problema general.....	16
1.2.2. Problemas específicos	16
1.3. Objetivos.....	17
1.3.1. Objetivo general	17
1.3.2. Objetivos específicos	17
1.4. Justificación e importancia.....	17
1.4.1. Justificación Legal	17
1.4.2. Justificación Teórico Científico	17
1.4.3. Justificación Práctica.....	18
1.5. Limitaciones.....	18
1.6. Viabilidad	18
CAPÍTULO II	19
MARCO TEÓRICO	19
2.1. Antecedentes de la investigación	19
2.1.1. A nivel internacional	19
2.1.2. A nivel nacional	20
2.1.3. A nivel local	20
2.2. Bases teóricas	21
2.2.1. Enfoques pedagógicos.....	21
2.2.2. Preferencias deportivas.....	24

2.2.3. Bases o Fundamentos filosóficos del tema de investigación ...	26
2.3. Definiciones conceptuales	27
2.4. Sistema de hipótesis.....	28
2.4.1. Hipótesis general.....	28
2.4.2. Hipótesis específicas.....	28
2.5. Sistema de variables.....	28
2.5.1. Variable independiente (X): Talleres de práctica deportiva	28
2.5.2. Variable dependiente (Y): Preferencias deportiva	28
2.6. Operacionalización de variables	29
2.7. Bases epistémicos.....	30
2.7.1. Paradigma positivista	30
CAPÍTULO III	32
MARCO METODOLÓGICO	32
3.1. Tipo de investigación	32
3.1.1. Enfoque.....	32
3.1.2. Método	32
3.1.3. Nivel de la investigación.....	32
3.1.4. Diseño y esquema de la investigación	32
3.2. Población y muestra	33
3.2.1. Población	33
3.2.2. Muestra	34
3.3. Unidad de análisis	35
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	35
3.5. Técnicas para el procesamiento y análisis de la información	38
3.5.1. Técnicas para la recolección de datos	38
3.5.2. Técnicas para el procesamiento de datos.....	38
3.5.3. Técnicas Para el Informe Final.....	38
CAPÍTULO IV.....	40
RESULTADOS.....	40
4.1. Trabajo de campo con aplicación estadística	40
4.2. Análisis descriptivo	41
4.2.1. Resultados de la pre prueba	41
4.2.2. Resultados de la post prueba.....	43
4.2.3. Comparación de resultados entre la pre y post prueba.....	45

4.2.4. Comparación de resultados de la post prueba entre el grupo experimental y control.....	47
4.3. Análisis inferencial y contrastación de hipótesis	48
4.3.1. Análisis inferencial.....	48
4.3.2. Contrastación de la hipótesis secundarias	49
CAPÍTULO V.....	52
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	52
5.1. Contrastación de los resultados del trabajo de campo con los referentes bibliográficos de las bases teóricas.....	52
5.2. Ccontrastación de la hipótesis general en base a la prueba de hipótesis	55
5.3. Aporte de la investigación.....	56
CONCLUSIONES	57
SUGERENCIAS.....	58
BIBLIOGRAFÍA.....	59
ANEXOS.....	61

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: CUADRO DE DISTRIBUCION DE LA POBLACION DE ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO, 2018	33
Tabla 2: ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE DERECHO DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO, 2018	35
Tabla 3: BASE DE DATOS DE LOS RESULTADOS DE LA PRE PRUEBA Y POST PRUEBA DEL GRUPO CONTROL Y GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2019	40
Tabla 4: RESULTADOS DE LA PRE PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS	41
Tabla 5: RESULTADOS DE LA PRE PRUEBA DEL GRUPO CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS	42
Tabla 6: RESULTADOS DE LA POST PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS	43
Tabla 7: RESULTADOS DE LA POST PRUEBA DEL GRUPO CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS	44
Tabla 8: RESULTADOS DE LA PRE Y POST PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS	45
Tabla 9: RESULTADOS DE LA PRE Y POST PRUEBA DEL GRUPO CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS	46
Tabla 10: RESULTADOS DE LA POST PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL Y CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA	

UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS.....	47
--	----

Tabla 11: ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LOS ESTADÍGRAFOS DE LOS GRUPOS EXPERIMENTAL Y CONTROL SEGÚN PUNTAJES DE LA PRE PRUEBA Y POST PRUEBA	48
---	----

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Diagrama de barras de la pre prueba del grupo experimental de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.	41
Figura 2: Diagrama de barras de la pre prueba del grupo control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.	42
Figura 3: Diagrama de barras de la post prueba del grupo experimental de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.	43
Figura 4: Diagrama de barras de la post prueba del grupo control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.	44
Figura 5: Diagrama de barras de la pre y post prueba del grupo experimental de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.	45
Figura 6: Diagrama de barras de la pre y post prueba del grupo control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.	46
Figura 7: Diagrama de barras de la post prueba del grupo experimental y control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.	47

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como propósito evaluar la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco. El enfoque que se usó fue el cuantitativo; tipo de investigación aplicada; nivel experimental; asimismo, utilizamos el diseño cuasi experimental. Para determinar la muestra de nuestra investigación, hemos empleado el muestreo no probabilístico sin normas o circunstancial, en razón de que fue el investigador quien ha elegido de manera voluntaria o intencional a los 30 estudiantes de la facultad de derecho de la Universidad de Huánuco, 2019. A quienes se le aplicó un cuestionario con preguntas cerradas. Para estimar los cuadros, gráficos y contrastar las hipótesis, se hizo uso de la estadística descriptiva e inferencial. Del análisis se infiere que los talleres de la práctica deportiva influyeron en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, donde: luego de haber aplicado la décima de hipótesis tenemos indicios suficientes que nos prueban que las preferencias deportivas aplicando los talleres de la práctica deportiva en el grupo experimental, fue mayor de aquellos estudiantes del grupo control, ya que el valor de $t_{cal.} = 14$ es mayor significativamente respecto a la $t_{crít.} = 1,67$ en consecuencia se rechazó la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna.

Palabras claves: talleres deportivos, fútbol, voleibol, basquetbol, ajedrez, tenis de mesa, natación y karate.

SUMMARY

The purpose of this research work was to evaluate the influence of sports practice workshops on sports preferences presented by the students of the University of Huánuco. The approach that was used was the quantitative one; type of applied research; experimental level; We also use the quasi-experimental design. To determine the sample of our research, we have used non-probabilistic sampling without rules or circumstantial, because it was the researcher who voluntarily or intentionally chose the 30 students of the law school of the University of Huánuco, 2019 To whom a questionnaire with closed questions was applied. To estimate the tables, graphs and contrast the hypotheses, descriptive and inferential statistics were used. From the analysis it is inferred that the workshops of the sports practice influence the sports preference presented by the students of the University of Huánuco, where: after having applied the tenth hypothesis we have sufficient evidence to prove that the sports preferences applying the workshops of Sports practice in the experimental group is higher than those students in the control group, since the value of $t_{cal.} = 14$ is significantly higher than the critical $t. = 1.67$ consequently the null hypothesis is rejected and we accept the alternate hypothesis.

Keywords: sports workshops, football, volleyball, basketball, chess, table tennis, swimming and karate.

INTRODUCCIÓN

La educación mejora muchas capacidades diferentes de las personas dependiendo del estado social a las que pertenecen; Comprenda como una contribución de la ciencia para desarrollar su desarrollo y enseñanza en la igualdad, completando el marco de todas las constituciones de los países de todo el mundo, establecida como derechos de las personas. *"Para lograr la calidad de la educación, los países deben reflexionar sobre los objetivos propuestos para acceder, identificar y priorizar los desafíos que necesitan para superar". (Kofi Annan, Secretario General de las Naciones Unidas)*

La práctica deportiva como entretenimiento o actividad competitiva nos da una gran satisfacción para incluir las necesidades físicas, psicológicas, del motor y emocionales, la asimilación cuando el proceso de desarrollo y la capacitación son un hábito completo y bueno para mantenerse saludable y nuestros cuerpos. *"Muchas veces, discutimos la combinación de cuerpo y mente, y en el campo de los deportes, no sería menos importante porque cuando practicamos deportes, todo el proceso químico fue la activación en nuestro cuerpo directamente en nuestra psicología". (Adolf OGI, asesores especiales del Secretario General de las Naciones Unidas de los Deportes para el Desarrollo y la Paz)*

Nuestras costumbres asociado a las formas de vida cada vez cada vez más alejada de las actividades deportivas, nos conducen inevitablemente a la postergación de nuestros sueños, de manejarnos como personas saludables, practicando deportes y disciplinas motrices, estableciendo brechas insalvables que cada vez se hace imposible cumplirlos. Los estilos de vida adoptados al inicio de nuestra niñez y durante toda la evolución, debido principalmente a nuestra integración como seres sociales, han cambiado en un porcentaje importante debido a los cambios que acompañaron al avance de la información virtual de medios cada vez más posesionados en el medio y la velocidad que la vida impone para satisfacer nuestras necesidades.

Por esta razón; formulamos el problema: ¿Cuál es la influencia de los talleres de práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los

estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019?; trazándose como objetivo:

Evaluar la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019 y realizando la hipótesis siguiente: Los talleres de la práctica deportiva influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019.

En consecuencia; el presente informe constó de cinco capítulos: en el primer capítulo se describe y formula el problema materia de investigación. Asimismo, se señala como objetivo general, analizar la práctica y el nivel de preferencia deportiva de los estudiantes de la Universidad de Huánuco en el 2017, así como objetivos específicos, la hipótesis general que señala, existe la práctica y nivel de preferencia deportiva de los estudiantes de la Universidad de Huánuco en el 2019, como también las hipótesis específicas, variables, la justificación e importancia, viabilidad y limitaciones. En el segundo capítulo se revisó el marco teórico para sustentar la investigación con introducciones, fundamentos teóricos, definiciones conceptuales y fundamentos epistemológicos. El tercer capítulo abordó el marco metodológico utilizado en el estudio, el tipo de estudio, el diseño y gráficos, la población y muestras, las herramientas y técnicas utilizadas. En el cuarto capítulo presentamos los resultados obtenidos. Los resultados se discuten en el Capítulo Cinco; Nos permite hacer coincidir los resultados con el juicio. En la bibliografía de base teórica; Por eso también aportamos la contribución científica al estudio.

Luego presentamos las conclusiones y conclusiones extraídas de los resultados y seguimos los objetivos específicos dados en el estudio; Esto nos permite hacer recomendaciones basadas en los resultados. Finalmente, se incluye la bibliografía y los correspondientes anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema

El ejercicio es muy bueno para mejorar la salud del cuerpo; También nos traerá un sinfín de beneficios psicológicos. Al hacer ejercicio, los músculos trabajan, pero el cuerpo trabaja más. En el proceso de ejercicio, la alineación de la mente y el cuerpo tiene lugar simultáneamente. Vilches (2007), los estudiantes se dedicaron íntegramente a ver televisión y videojuegos, entre otros; Así se vuelve estable (p. 250).

A la mayoría de los estudiantes no les gusta practicar deportes y algunos practican deportes parciales; Su falta de salud es evidente, al igual que la obesidad, el estrés y el bajo rendimiento académico, entre otros problemas que provocan las personas. Gutiérrez (2000), estudios estables y similares son puntos de partida para comprender las causas de la actividad en otros organismos. Después de hacer ejercicio, nos sentimos felices y tranquilos. Esto se debe a que nuestros cuerpos eliminan las endorfinas.

Nuviala (2005) afirma que los profesores de gimnasia se entrenan en deportes y actividades físicas dinámicas y estimulantes, lo que permite el desarrollo de hábitos reactivos. Se necesitan educadores motivacionales que capaciten y desarrollen de manera integral la conciencia deportiva (p. 28).

Deshacerse de las endorfinas permitirá una buena salud física y mental y mucha energía.

Sánchez (1996) tiene, "El ejercicio del cuerpo, debido a la estimulación, desperdicia energía". En nuestro país, existen lagunas en la regulación y falta de infraestructura. Sin embargo, existen grandes logros. Está gestionado por IPD y distribuido en federaciones deportivas (para cada deporte).

En Perú, el 39% hace deporte y el resto dice que no, pero funcionan. El gimnasio ocupa un pequeño porcentaje. Para Cagigal M. (1979 y 1990), el deporte es práctica, entrenamiento de fuerza y competición; Conduce al pragmatismo y al espectáculo. Paisaje político y social, profesión, afición pasiva. De hecho, se hace para las relaciones sociales y saludables y las

actividades de ocio. Estudios realizados por Vida Saludable 2016, por Arellano M., informaron que los ejercicios peruanos son caminar, seguido de correr, pesas, fútbol, baile, ciclismo y otros. Santiago C. (1993); El deporte mejora físicamente a una persona, vale la pena interferir y comprometerse en el lado físico e intelectual, es lúdico y entretenido, inculca gestos y expresiones, puede ser competitivo y cultural, es un elemento cultural.

El deporte en Huánuco tiene sus propios obstáculos por la falta de infraestructura; Sin embargo, la población practica muchos deportes diferentes, de los cuales el fútbol se convierte en el pasatiempo de la mayoría, luego el voleibol y así sucesivamente. Por ello, la Universidad de Huánuco, cumpliendo su rol de institución de educación superior, siempre busca desarrollar programas que brinden oportunidades de inclusión y superación de problemas de salud física y mental. La universidad ofrece siete carreras, que están abiertas a estudiantes, pero tienen poco conocimiento de prácticas e intereses; Quizás porque no les interesa. Este hecho requiere la mejora del deporte y su práctica regular para contribuir a la adopción de un estilo de vida más saludable. Por ello, la UDH ofrece actividades deportivas, de ocio y de entretenimiento altamente competitivas. Los estudiantes son introducidos a los deportes formales para que puedan elegir uno de sus favoritos y desarrollarlo en el transcurso de dos o tres semestres durante su formación profesional. El compromiso basado en el plan de estudios requiere que cada escuela lleve a cabo dos seminarios deportivos, a diferencia del EAP en Derecho y Ciencias Políticas, tres actividades. Los estudiantes deben registrarse en línea, formar parte de equipos y participar en el servicio deportivo de su elección. Las actividades y servicios deportivos se brindan a través de programas al inicio del semestre, tales como "Bienvenidos Cachimbos", "Juego Deportivo Aniversario UDH", "Día de la Primavera", "Día de la Juventud", etc. Casimiro (2001), hace al menos treinta minutos de ejercicio moderado al día; A esto se le llama actividad física regular para mantener la integridad del sonido; Con más energía, sin estrés, colesterol más bajo, presión arterial más baja y prevención del cáncer (p. 25)

Recientemente, especialmente debido al nuevo estilo de vida aplicado de acuerdo con los avances científicos y tecnológicos, es necesario modificar

algunas reglas y estilos de vida, para eliminar otras diferencias que provocan preferencias deportivas y de fitness. El deporte como contribución al logro para un entrenamiento deportivo.

Por estas razones; se plantea el problema: ¿Cuál es la influencia de los talleres de práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019?

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿De qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco - 2019?

1.2.2. Problemas específicos

- a. ¿De qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva del fútbol en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019?
- b. ¿De qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva del voleibol en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019?
- c. ¿De qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva del basquetbol en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019?
- d. ¿De qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva de la natación en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar de qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco - 2019.

1.3.2. Objetivos específicos

- a. Determinar de qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva del fútbol en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019.
- b. Determinar de qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva del voleibol en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019.
- c. Determinar de qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva del basquetbol en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019.
- d. Determinar de qué manera los talleres de práctica deportiva influyen en la disciplina deportiva de la natación en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019.

1.4. Justificación e importancia

La presente investigación se justifica por su relevancia temática, además dado que posee:

1.4.1. Justificación Legal

El estudio ha permitido conocer la necesidad de crear fundamentos que paulatinamente se deben ir cumpliendo de acuerdo a la normatividad de la Universidad, para ser acreedor de la maestría.

1.4.2. Justificación Teórico Científico

El estudio va a permitir que se conozca las prácticas y preferencias deportivas en los estudiantes, conocer el sistema deportivo donde los

valores deportivos ocupen un lugar central logrando con ello modos de vida saludable y participativa.

1.4.3. Justificación Práctica

Considerando que el estudio presenta aspectos prácticos, también posee una importancia significativa, porque permite proponer condiciones para que el estudiante una vez identificado su preferencia deportiva, pueda iniciar el desarrollo de la práctica de una manera clara y ordenada, utilizando medios, recursos, estrategias y procedimientos.

1.5. Limitaciones

Reducido tiempo a causa del trabajo particular, que obstaculizó una adecuada programación en el recojo de los datos.

1.6. Viabilidad

La presente investigación es viable, dado que se cuenta con la autorización de Vicerrectorado Académico para su ejecución. Además, se hace viable, porque el investigador realiza el financiamiento íntegro y tanto los estudiantes como la infraestructura se encuentran a disposición para la aplicación del presente estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. A nivel internacional

Revista de educación superior, versión impresa ISSN 01585-2760, vol. 43 -n ° 169, México 2014, análisis de publicación de la investigación sobre Álvarez P; Hernánankez A; y López d; Cuando se resume, las prácticas deportivas para los estudiantes deben considerarse un tema de política académica, en la que las medidas de acoplamiento para las actividades deportivas son un papel importante en los programas de capacitación y desarrollo de aprendizaje demasiado permanentes. Las habilidades importantes son fuertes para integrarse en un entorno social. Este estudio nos recuerda que las prácticas deportivas también son más importantes que otras industrias, porque desarrolla y mantiene las habilidades con la capacidad correspondiente para lograr sus objetivos.

Jiménez m; (2017) con la tesis: "Estrategia de entretenimiento para contribuir a la práctica de voleibol en estudiantes del octavo año de la unidad educativa bilingüe privada Jefferson, Canton Salinas, Santa Elena, 2016-2017"; En la investigación, las estrategias de entretenimiento se llevan a cabo para la práctica efectiva de la tecnología deportiva. El método para encontrar formas de autenticar la hipótesis muestra el hecho de un problema. Se considera que el nivel o el tipo de búsqueda exploran porque el método es flexible y permite un estudio profundo.

Suárez j; (2015), presentando la tesis: "Ejercicios físicos para desarrollar habilidades de rotación básicas en niños de 9 años en la Escuela de Educación Básica de La Ballenita, Cantón Santa Elena, Provincia de Santa Elena, Etapa social 2014 - 2015"; Su objetivo es contribuir al desarrollo del desarrollo de habilidades motoras básicas, como correr, saltar, lanzar y recibir, así como mejorar la capacidad de coordinar y equilibrar los conceptos. La información se ha recopilado con entrevistas, encuestas y directrices de observación.

2.1.2. A nivel nacional

Quispe Y. y Pio N. (2014) presentaron la tesis: “Práctica en Actividades de Educación Física y Deportiva para Estudiantes de la Escuela Intermedia de la Policía Nacional del Perú, Programa Colibrí, Juliaca - 2014”; El objetivo era limitar la práctica de actividades físicas y deportivas entre los estudiantes de la institución de educación secundaria de la Policía Nacional del Perú en Juliaca, investigación descriptiva y diagnóstica en diseño; Una muestra de 132 estudiantes y alumnas. La herramienta es un cuestionario. Utilice tablas (análisis porcentual) y gráficos. Resultados: el 30,3% de los estudiantes hizo ejercicio 3-4 veces a la semana, el 27,3% 1-2 veces a la semana, el 18,9% una vez a la semana, el 10,6% 7 veces a la semana y el 3,0% no hace ejercicio. Conclusión: La compatibilidad de frecuencia y tiempo es moderada.

Floris A. (2015), Tesis: “La actividad física y su relación con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes escolares de 12 a 18 años en Juliaca, 2015”. El objetivo fue determinar la relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad, mediante inferencia hipotética, estudios no experimentales y un diseño descriptivo correlacional. Tiene una población de 4813 estudiantes y una muestra de 1488 estudiantes.

Escobar R. (2015), presentó una tesis: “IEP Alexander Von Humboldt Lima 2015 IEP Alexander Von Humboldt Lima 2015 High School Sports Performance Infraestructura”; El objetivo es determinar la relación entre la infraestructura como medio educativo para la realización de actividades deportivas. Pertenece a la categoría básica, grado de asociación; En conclusión, la infraestructura deportiva está estrechamente relacionada con las actividades de educación física.

2.1.3. A nivel local

Advíncula R. Ortega R. y Ramos Y. (2017) presentaron la tesis: “Los juegos en el desarrollo motor de los alumnos de sexto de primaria hasta el I.E. Hipólito Unanue Obas 2017”; Su objetivo es conocer el efecto del juego en el desarrollo motor de los estudiantes. La población incluye niños de sexto grado; La muestra estuvo conformada por 34 niños y niñas divididos en dos grupos, experimental y control. El diseño ha sido probado. Se utilizó una prueba de habilidad motora como herramienta. Se encontró que existe una

diferencia significativa entre (valor de probabilidad = $0.000 < \alpha = 0.05$) en la prueba del alumno, que determinó que la participación deportiva mejora la motricidad de hombres y estudiantes de sexto grado, con comparación y aplicación de herramientas. .

Pozo E. Caverro A. y Uzuriaga L. (2016), Tesis: "Voleibol Lupoma para el Programa de 4º Grado "A" para Estudiantes de Educación Secundaria del I.E. "Héroes de Huánuco- 2016", el propósito es promover y promover el voleibol, el propósito es identificar la efectividad y aplicación del programa de entrenamiento de voleibol "Lupoma". Los resultados muestran que; la mayoría de los estudiantes han mejorado enormemente sus conocimientos de voleibol y manejo, en términos de servicio, aplastamiento, toque con los dedos y recepción.

Huamán C.; Echevarría G. y Flores K. (2016), en la tesis: "Método de entrenamiento circular en atributos físicos de estudiantes de secundaria I.A Ricardo Florez Gutierrez, Tomaykichwa 2016" para determinar la efectividad del método de entrenamiento en circuito en la mejora de la capacidad física, la calidad del estudiante. Tipo de aplicación, muestreo no probabilístico, dispositivo de prueba y pruebas de rendimiento físico con respecto al sistema decimal. El entrenamiento en circuito es importante porque mejora tu condición física. Conocer los resultados y comprobar la importancia de aplicar el método de entrenamiento en circuito para mejorar la capacidad física de los alumnos de tercer grado intermedio.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Enfoques pedagógicos

a. Estudios Metodológicos. - La UNESCO es responsable de promover la educación física y los deportes a través de acciones coordinadas, cooperativas y participativas para respaldar la integración de cada individuo, en 2013, la Asamblea General declaró el 6 de abril del Día Internacional de los Deportes para el Desarrollo y la Paz. A pesar de estos avances positivos, la implementación de políticas para el deporte y la educación física aún no se produzca. En este sentido, la UNESCO afirma que las actividades

deportivas deben incluir actividades positivas y diarias, como la conducción o el ciclismo, teniendo en cuenta que son la experiencia de aprendizaje progresivo, el progreso e incluyó parte del programa educativo básico. Y sobresalientes. La experiencia se proporciona al aprender cuando se trata de niños y adolescentes en las clases deportivas, supongamos que deben ser adecuados para ayudarlos a obtener habilidades psicológicas, comprensión de la comprensión y la capacidad social y las emociones que necesitan en su contexto de educación integrada.

b. Estudios Pedagógicos versión On-Line ISSN 0718-0705-2015, es un entorno educativo adecuado para una competencia estudiantil. Establece tres objetivos específicos:

- Identificar habilidades pedagógicas relevantes y relevantes para asegurar que el deporte sea realmente visto como una herramienta pedagógica que promueve el crecimiento y el bienestar de los estudiantes.
- Determinar la importancia y el interés de los estudiantes en las competencias educativas y en la implementación de programas deportivos y cómo estos programas afecta su desarrollo deportivo.
- Integrar las habilidades de enseñanza en los planes de estudios universitarios y monitorear y verificar el cumplimiento.

c. La metodología cualitativa - cuantitativa, En este sentido, debemos considerar que ninguno de los enfoques es mejor que el otro, pero son dos enfoques diferentes para estudiar el fenómeno. Del mismo modo, creemos que ni la investigación cualitativa ni la cuantitativa pueden distinguirse eligiendo ciertos métodos sobre otros (Flick, 2007). Si bien es cierto que cada uno de ellos predeterminó un enfoque del problema en estudio, así como decidió optar por uno u otro.

El **enfoque cualitativo** nos permite alcanzar el primer objetivo de la investigación, así como la capacidad de agregar, identificar y adaptar los conceptos en estudio para integrar las variables más relevantes para su

estudio. Finalmente, sirve para completar la interpretación y discusión de los resultados cuantitativos. Herramientas de recopilación de datos.

d. Como aporte pedagógico nos valemos de un decálogo, que está formado por los siguientes puntos (Almeida, 2003):

- Contribuir a la educación del alumno, para que pueda elegir la actividad física como medio de interacción personal.
- Contribuir a la organización de actividades deportivas para centros educativos nacionales y extranjeros (a través de asociaciones juveniles), así como aprender a organizar todo tipo de actividades deportivas, y promover la convivencia entre estudiantes de diferentes culturas.
- Beneficiarse de una educación integral a través del ejercicio.
- Restaurar los valores morales y educativos inherentes al deporte, es decir, mejorar la interacción social y promover la uniformidad étnica y de género.

e. El enfoque MINEDU, nos enseña que la educación física a través del currículo nacional se basa en cuatro definiciones principales en el currículo que nos permiten plasmar las intenciones contenidas en el apartado Fin de estudios en la práctica educativa. Estas definiciones son: destrezas, habilidades, estándares académicos y desempeño. La capacidad se determina de la siguiente manera:

- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad

MINEDU (2016); Avanzado: los estudiantes interactúan en el espacio con sus compañeros, piensan por sí mismos; Desarrolle su autoestima, comprende y regula sus movimientos de acuerdo a sus capacidades al realizar actividades físicas diarias y contacto físico; A través de los siguientes representantes:

Practica la coordinación física en eventos deportivos y dirige el crecimiento óptimo de tu cuerpo. Se adapta a los cambios en su imagen corporal. Habla con sus amigos físicamente. - Lleva un estilo de vida saludable

- Asume una vida saludable

MINEDU (2016); obtener un aumento: Demuestra la importancia de estar en buena forma física para una buena vida.

- Organizar campañas de salud comunitaria y participar en sesiones de actividad física. Planifique su bienestar general pensando en su dieta, nutrición, deportes e interpretando sus resultados de acondicionamiento físico.
- Implementar buenas actitudes sobre nutrición, para la salud personal. Interactuar con sus habilidades motoras sociales.

- Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices

MINEDU (2016); Avanzado: Cuando te das cuenta de tu potencial para la interacción social y te involucras en una convivencia armoniosa, siendo parte de un entorno grupal y resolviendo conflictos de manera asertiva, empática y adecuada. Para cada puesto, haga:

Participar en deportes y fomentar el ejercicio físico disfrutando del juego.

- Rechaza la discriminación por raza, habilidades, condición social y religión en eventos recreativos, recreativos, pre deportivo y deportivo.
- Desarrollar y difundir estrategias deportivas en beneficio colectivo.

2.2.2. Preferencias deportivas

Navarro, Joaquín Pérez; Tina, Emilio Cerda; El Rev. José Luis Gimeno (2003) afirma: "... interesarse más en algo. Por diversas razones, como valor, mérito o ganancia personal. A nivel individual, puede ser (fútbol, baloncesto, voleibol, ajedrez,...)... Sin embargo, estos intereses matemáticos no se dan de forma espontánea". Según Romero (2004), podemos hablar de tres eventos deportivos: Deportes para todos, Espectáculo deportivo y Grandes deportes. (p. 247)

a. Fútbol

Real Academia Española (2014); Se lanza con dos equipos, cada uno compuesto por once jugadores y un árbitro que dicta las reglas.

El terreno es de forma rectangular, natural o artificial, con arcos a ambos lados. Se practica con balón y tiene una duración de 90 minutos. Ildefonso García, Madrid (1998); Recordemos que fue inventado en Inglaterra por la Asociación de Fútbol, las reglas de 1863 son la base hasta el día de hoy.

La esencia del juego de Mark Berryman (1997); El fútbol se define como: "El fútbol oficial se juega de acuerdo con las reglas. Se juega con el balón, dos equipos compiten para marcar un gol se hace la pregunta ¿Quién marca más goles?

b. Voleibol

Real Academia Española (2005): Se juega con balón en el que dos equipos de seis entrenan en una cancha separada por una red. El balón se envía por encima de la red hacia la cancha. La Federación Internacional de Voleibol, FIVB (2012), señala las siguientes características: "La pelota debe ser impulsada con golpes limpios. Se realizan tres golpes para devolver la pelota. La pelota se toca con las manos y brazos o cualquier parte del cuerpo y pies. Su posición cambia cuando reciben puntos.

c. Basquetbol

Pedro Gil Madrona y Onofre R. Contreras Jordán (2005) afirman lo siguiente: El balón se mete en la canasta y se juega en las canchas con una longitud de 25 a 30 metros y una anchura de 15 a 20 metros. Se juega con cinco jugadores por equipo, desde las anotaciones de dos puntos (doble), desde el área de dos o tres puntos (tres puntos), que se encuentra detrás de la línea de tres puntos. La pelota debe rebotar por debajo del nivel de la cintura. No caminas con el balón en la mano, simplemente caminas hacia el área de tiro.

d. Natación

McGraw, Myrtle B (1939), lo expresó de esta manera: "Es movimiento y desplazamiento en el agua con las extremidades del cuerpo. Puedes nadar con una locomotora primitiva".

Pereira da Costa, Lamartine; Miragaya, I (2002): Se trata de una actividad recreativa basada en la flotabilidad del cuerpo en el agua.

Cagigal M. (1979-1790), la densidad y viscosidad del agua también crea resistencia para los objetos en movimiento en el agua. Crea empuje y resistencia en el cuerpo.

Terry Laughlin (1996) afirma: “Los nadadores que quieren nadar más rápido utilizan la hidrodinámica

e. Ajedrez

Aguilera López, Ricardo; Dijo: El ajedrez se juega en parejas, cada pareja tiene 16 piezas, que se colocan en un tablero de ajedrez que consta de 64 cuadrados o cuadrados.

Según la FIAA (Federación Internacional de Ajedrez), el ajedrez se juega en un tablero de 8 x 8 casillas, en blanco y negro. Cada uno: un

Un rey, una reina, dos alfiles, dos caballos, dos caballos y ocho peones. El objetivo es "derrocar" al rey del oponente. Aguilera López afirma que Ricardo's Chess (2004) es un juego lógico porque cada jugador mueve sus piezas por turno.

f. Tenis de mesa

Rodríguez, Sergio T .; Vickers, Joanne N. Menciona a Williams, A .; Mark (2002): "Es un deporte de raqueta que se juega entre dos jugadores".

g. Karate

Glück, Jay y Combate Zen (2004) dicen: “El Karate-Do se caracteriza por el uso de puñetazos, bloqueos, patadas y golpes con la mano abierta. En los golpes, la fuerza, la velocidad, la respiración, el equilibrio, la tensión y la relajación se unifican aplicando una torsión precisa de la cadera y un contacto extremadamente preciso o sinergia entre los músculos y las articulaciones, cambiando una parte significativa del peso del cuerpo y el centro de gravedad a la intensidad del impacto.

2.2.3. Bases o Fundamentos filosóficos del tema de investigación

MINEDU (2016); Sobre el centro de gravedad: el entrenamiento del cuerpo depende del centro de la materia, estudia la composición del cuerpo. Se refiere al movimiento deliberado, según sus necesidades y preferencias, en relación con su entorno.

Asimismo, el foco está en aprender a crear estilos de vida saludables y un consumo responsable.

Además, se utilizan conocimientos relacionados con las ciencias aplicadas a la educación, que ayudan en el desarrollo de la identidad, la autoestima, el pensamiento crítico y creatividad, toma de decisiones y resolución de problemas en la actividad física y contextos cotidianos. Según Al-Zubayri (1986), es la experiencia de acción, sentimiento, pensamiento y deseo. Los humanos solo existen y viven de sus posesiones materiales.

2.3. Definiciones conceptuales

- **Talleres de prácticas deportivas:** Explica que se debe desarrollar los hábitos biofísico.
- **Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad:** “Esto comprende para tomar conciencia en fusión del espacio entre personas en su entorno que construye la identidad y autoestima”.
- **Asume una vida saludable:** “La conciencia tiene que ser reflexiva para el bienestar que promueve la autonomía de una mejor vida de calidad”.
- **Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices:** Es Poner en práctica recursos para la convivencia, inclusión e interacción social, incluyéndose en el grupo y resolviendo conflictos con asertividad, empatía y oportuna a cada actividad.
- **Preferencia deportiva:** Es una elección entre diversas disciplinas, aquello que se prefiere suele actuar como motivación o impulso para el desarrollo de acciones.
- **Fútbol:** “Es la práctica de dos equipos de once jugadores cada uno”. (RAE, 2019)
- **Voleibol:** “Se juega entre dos equipos, integrados por seis jugadores cada uno, se juega en un campo separado por un net”. (RAE, 2019)
- **Basquetbol:** “Consiste en poner la pelota en la canasta, se juega con la mano.” (RAE, 2019)
- **Natación:** “Se mueve sobre el agua utilizando las extremidades”. (RAE, 2019)
- **Ajedrez:** “Se practica entre dos personas, se dispone de 16 piezas móviles que se colocan sobre un tablero”. (RAE, 2019)

- **Tenis de mesa:** “Se usa la raqueta y se disputa entre dos jugadores”. (RAE, 2019)
- **Karate:** “Es un arte marcial tradicional, basado en algunos estilos de las artes marciales chinas”. (RAE, 2019)

2.4. Sistema de hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

Hipótesis General

Los talleres de práctica deportiva influyen de manera significativa en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco - 2019.

2.4.2. Hipótesis específicas

- a. Los talleres de práctica deportiva influyen de manera significativa en la disciplina deportiva del fútbol, en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019. Los talleres de práctica deportiva influyen de manera significativa en la disciplina deportiva del voleibol, en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019
- b. Los talleres de práctica deportiva influyen de manera significativa en la disciplina deportiva del basquetbol, en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019
- c. Los talleres de práctica deportiva influyen de manera significativa en la disciplina deportiva de la natación, en los estudiantes de la Universidad de Huánuco – 2019.

2.5. Sistema de variables

2.5.1. Variable independiente (X): Talleres de práctica deportiva

Es la demanda social respecto de la formación de hábitos relacionados con el logro del bienestar físico, psicológico y emocional.

2.5.2. Variable dependiente (Y): Preferencias deportiva

Es una elección entre diversas disciplinas, aquello que se prefiere suele actuar como motivación o impulso para el desarrollo de acciones.

2.6. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEM S	ESCALA DE MEDICIÓN
Variable dependiente TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS	Marco que abarca el proceso de distintas manifestaciones de disciplinas deportivas, orientadas a ofrecer actividades de distracción, entretenimiento, espectáculo, educación o pasatiempo, y en general la de ofrecer bienes y servicios relacionados con el ocio. Fuente: García Ferrando (1990:29)	Proceso referido a la actividad física que involucran actividades deportivas significativas como el fútbol, voleibol, basquetbol, ajedrez, karate, tenis de mesa y natación; planteada como una necesidad de mejora y fortalecimiento de la calidad de vida. Fuente: (Nery y Cols 2007:97)	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	1,2,3.	Siempre A veces Nunca
			INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES	<ul style="list-style-type: none"> Organiza eventos deportivos integrando a todas las personas de la comunidad educativa Promueve la práctica de actividad física basada en el disfrute por el juego, la tolerancia y el respeto. Asume su responsabilidad durante todo el proceso. Comparte con sus pares de distinto género. Promueve el rechazo a todo tipo de discriminación durante la práctica de actividades lúdicas, recreativas, predeportivas y deportivas. Elabora y comunica tácticas y estrategias en los juegos y actividades deportivas de interés colectivo. Asume roles y funciones bajo un sistema de juego que vincula las habilidades y capacidades de cada uno de los integrantes del equipo. 	1,2,3,4 .5,6,7.	Siempre A veces Nunca
			ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Organiza y ejecuta campañas en donde se promueve la salud (física, psicológica y emocional) integrada al bienestar colectivo. Elabora un plan de actividades para mantener o mejorar su bienestar (físico, psicológico y emocional) Interpreta los resultados de las pruebas que miden su aptitud física. Participa en actividades de promoción de hábitos alimenticios saludables y sostenibles. Consume y combina de forma óptima alimentos locales y disponibles, evaluando sus características y necesidades calóricas. Incluye hábitos de higiene integral. Realiza actividad física diaria y prácticas amigables con el ambiente. 	1,2,3,4 .5,6,7.	Siempre A veces Nunca
Variable dependiente PREFERENCIAS DEPORTIVAS			FÚTBOL	<ul style="list-style-type: none"> Practica esta disciplina deportiva. Conoce las reglas de juego. Frecuencia con que practica este deporte. Días de práctica a la semana. Valoración de las instalaciones donde practica. Practica fuera de la UDH. 	1,2,3. 4,5,6.	Siempre A veces Nunca

Variable dependiente PREFERENCIAS DEPORTIVAS	Marco que abarca el proceso de distintas manifestaciones de disciplinas deportivas, orientadas a ofrecer actividades de distracción, entretenimiento, espectáculo, educación o pasatiempo, y en general la de ofrecer bienes y servicios relacionados con el ocio. Fuente: García Ferrando (1990:29)	Proceso en la adquisición de información relevante sobre las motivaciones que tienen los estudiantes para realizar los deportes de su preferencia, considerando la importancia de elementos como la condición física y la salud, como principales alicientes para la práctica de un deporte. Guerra, (2013: 52)	VOLEIBOL	. Practica esta disciplina deportiva. . Conoce las reglas de juego. . Frecuencia con que practica este deporte. . Días de práctica a la semana. . Valoración de las instalaciones donde práctica. . Practica fuera de la UDH.	1,2,3, 4,5,6.	Siempre A veces Nunca
			BASQUETBOL	. Practica esta disciplina deportiva. . Conoce las reglas de juego. . Frecuencia con que practica este deporte. . Días de práctica a la semana. . Valoración de las instalaciones donde práctica. . Practica fuera de la UDH.	1,2,3, 4,5,6.	Siempre A veces Nunca
			NATACIÓN	. Practica esta disciplina deportiva. . Conoce las reglas de juego. . Frecuencia con que practica este deporte. . Días de práctica a la semana. . Valoración de las instalaciones donde práctica. . Practica fuera de la UDH.	1,2,3,4 5,6.	Siempre A veces Nunca
			AJEDREZ	. Practica esta disciplina deportiva. . Conoce las reglas de juego. . Frecuencia con que practica este deporte. . Días de práctica a la semana. . Valoración de las instalaciones donde práctica. . Practica fuera de la UDH.	1,2,3, 4,5,6.	Siempre A veces Nunca
			TENIS DE MESA	. Practica esta disciplina deportiva. . Conoce las reglas de juego. . Frecuencia con que practica este deporte. . Días de práctica a la semana. . Valoración de las instalaciones donde práctica. . Practica fuera de la UDH.	1,2,3, 4,5,6.	Siempre A veces Nunca

2.7. Bases epistémicos

2.7.1. Paradigma positivista

También paradigma cuantitativo, escuela que defiende la concepción del mundo. En la educación se encarga de identificar los fundamentos educativos y realizar las teorías para el proceso educativo.

Como lo señala Poplewitz (1988-66), este enfoque se puede configurar a partir de cinco supuestos interrelacionados:

- La teoría ha de ser universal.
- Los enunciados científicos son independientes.
- La sociedad mundial se da de acuerdo a sistemas de variables.
- La importancia de definir operativamente las variables y su viabilidad.
- La importancia de la estadística.

Nuestra investigación se fundamenta por ser de carácter cuasiexperimental. Puesto que, existe una influencia entre las variables de estudio; los datos

analizados siempre deben ser cuantificables; los diversos datos dan a conocer la realidad y estudia las conductas humanas.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo de investigación

Tipos de investigación de referencia dados por Héctor Martínez Ruiz (2009, p. 59); “En nuestro estudio se utilizó un tipo de investigación aplicada”.

3.1.1. Enfoque

El enfoque que se usó fue el cuantitativo. Tal como manifiesta Córdova Baldeón, Isaac (2013): “La investigación cuantitativa estudia los fenómenos desde el exterior, busca medir y cuantificar las variables a través de instrumentos válidos y confiables. La investigación cuantitativa utiliza la informática, estadística, y la matemática; para obtener resultados”.

3.1.2. Método

Se utilizó el experimental; tal como manifiesta Sergio Carrasco Días (2009, pág. 272): “Se emplea para investigaciones de carácter experimental, es decir, en aquellos donde se manipula intencionalmente las variables independientes considerando las consecuentes en las variables dependientes, bajo el control del investigador y en la que hay un grupo control y un grupo experimental”.

3.1.3. Nivel de la investigación

Amparados a Sergio Carrasco Días (2009, pág. 42). “Utilizamos el nivel de investigación experimental luego de conocer las características del fenómeno o hecho que se investiga”, anticipándose a los resultados de los talleres deportivos a los estudiantes en la Universidad de Huánuco, 2019.

3.1.4. Diseño y esquema de la investigación

Considerando los diseños experimentales de Hernández Sampieri (2003, pág. 126), “el trabajo de investigación correspondió a un diseño experimental en su modalidad CUASI EXPERIMENTAL, estos modelos se utilizan en casos donde es difícil o casi imposible el control experimental riguroso y sólo es posible alcanzar a manejar algunas fuentes que amenacen su validez tanto interna como externa”.

En este diseño intervinieron dos grupos de trabajo, un grupo experimental y un grupo de control con la aplicación del pre prueba y post prueba, la cual es:

GE: O₁.....X.....O₂

GC: O₃..... —O₄

Dónde:

GE: Grupo experimental

GC: Grupo control

X: Representa la variable independiente a aplicar después del pre prueba en el grupo experimental

O₁ y O₂: Pre prueba y post prueba para el grupo experimental.

O₃ y O₄: Pre prueba y post prueba para el grupo control.

— : La falta de un tratamiento experimental indica que se trata de un grupo Control.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población estuvo constituida por los 6.376 estudiantes de la Universidad de Huánuco.

Tabla 1: CUADRO DE DISTRIBUCION DE LA POBLACION DE ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO, 2018

EAPs.	Población Estudiantil			Porcentaje por Género		
	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
Derecho y Ciencias Políticas	548	384	932	8.5%	6.0%	14.5%
Obstetricia	42	192	234	0.6%	3.0%	0.9%
Enfermería	187	338	525	2.9%	5.3%	8.2%
Odontología	133	229	362	2.0%	3.8%	5.8%
Psicología	105	121	226	1.6%	1.8%	3.4%
Ing. Civil	289	549	868	4.5%	8.6%	13.1%

Arquitectura	195	167	362	3.0%	6.2%	9.2%
Ing. Ambiental	275	207	482	4.3%	3.4%	7.7%
Ing. Sistemas e Informática	293	121	414	4.5%	1.8%	6.3%
Educación Básica	53	205	258	0.8%	3.2%	4.0%
Especialidad Inglés	20	62	82	0.3%	0.9%	1.2%
Administración de Empresas	424	254	678	6.6%	3.9%	10.5%
Contabilidad y Finanzas	303	218	521	4.7%	3.4%	8.1%
Turismo, Hotelería y Gastronomía	94	141	235	1.4%	2.2%	3.6%
Marketing y Negocios Internacionales	130	97	227	2.0%	1.5%	3.5%

FUENTE: Nómina de matrícula de la UDH-2019

ELABORACIÓN: Tesista

3.2.2. Muestra

Para la selección de la muestra para nuestro estudio se utilizó un método de muestreo no probabilístico sin regla ni situación, debido a que la propia investigadora seleccionó voluntaria o deliberadamente a 30 estudiantes de derecho de la Facultad de Derecho de la UDH, 2019.

En relación de Carlessi (1992, p. 24) dice: “Se dice que el muestreo es situacional solo cuando los elementos de la muestra se toman de alguna manera, a menudo teniendo en cuenta la conveniencia, las circunstancias, etc”.

Por otro lado, Sampieri (2000, p. 226) explica: “Las muestras no probabilísticas, también llamadas dirigidas, involucran un proceso de selección algo informal y arbitrario. Sin embargo, se utilizan en muchas encuestas de las que se extraen conclusiones sobre la población. Está relacionado con el dicho "un botón es suficiente para mostrar”.

Los criterios utilizados para la selección de la muestra son los siguientes:

1. Los ítems de la muestra se consideran estudiantes de la facultad de derecho matriculados en el curso académico 2019, y se dividen en dos grupos: G “A” y G “B”.
2. Por conveniencia, los grupos fueron asignados

aleatoriamente a lotes, y consideramos el grupo de estudiantes G "A" N° 01 (GE), cuyo aprendizaje llevó a seminarios de matemáticas para estudiantes de doctorado aplicado y estudiantes G "B" como grupo N° 02 (GC), por estudiantes de doctorado sin impartir seminarios. 3. La muestra estuvo formada por 60 alumnos y alumnas. 30 alumnos para el grupo experimental y 30 para el grupo control, dos grupos con características similares y en las mismas condiciones. Por tanto, nuestra muestra de estudio consta de la siguiente manera:

Tabla 2: ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE DERECHO DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO, 2018

ESTUDIANTES	SEXO		TOTAL
	VARONES	MUJERES	
Grupo Experimental: G "A"	13	17	30
Grupo Control : G "B"	11	19	30

Fuente: Nómina de matrícula de la UDH-2018

Elaboración: Tesista

3.3. Unidad de análisis

Cada estudiante de la muestra.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La recolección de datos se llevó a cabo en los ambientes naturales y cotidianos de los participantes o unidades de análisis.

La técnica utilizada fue la observación sistemática y el instrumento a usar guía de producción textual, la cual se aplicó a los estudiantes de la mencionada institución.

a. Técnicas. La principal técnica que se utilizó en la investigación fue la encuesta.

b. Instrumentos

El instrumento fue el cuestionario. Para su elaboración se consideró como criterio de construcción las dimensiones correspondientes a la variable dependiente; considerando o teniendo en cuenta los indicadores y/o ítems pertinentes.

c. Validez y confiabilidad

c.1. Validez

En este sentido, Neil Salkind recomienda que "la validez de una herramienta generalmente se determine en el contexto de la prueba utilizada". Las herramientas seguirán el proceso de revisión y / o evaluación, en las que el formulario confirmó que la sentencia del experto se aplicará; De manera similar, se aplicará una prueba piloto a un grupo con las mismas características de la muestra, para probar su efectividad y efecto". El efecto del dispositivo se medirá de acuerdo con los resultados de la herramienta de aplicación y no la herramienta.

Según Wiersman y Gronlund, el efecto es un concepto que "puede escribir pruebas diferentes que pueden ser: Validez del contenido; La evaluación de la herramienta de investigación se llevará a cabo relacionadas con coherencia, autenticidad, orden y campos de campo (variables, índices e índices), que se medirán. Esto nos permitirá saber si en la herramienta para revisar todos los objetos y las secciones pequeñas, incluidas las variables en el estudio, lo que significa decir si la herramienta plantea o investiga todo lo que debe saber. Validez de los criterios; Aquí, se determinará comparando los resultados obtenidos con las herramientas diseñadas por el investigador, los resultados estándar de otros cuestionarios se consideran modelos o profesionales efectivos y efectivos. Validez de la construcción";

En opinión de Neil Salkind, es el "nivel que el resultado de una prueba se asocia con trabajos psicológicos básicos. Este efecto conecta los componentes reales de la puntuación de prueba con una razón de teoría o modelo básico". Hernández Sandieri y otros afirman que "el efecto de la construcción mencionó la medida en que una medida siempre está relacionada con otras medidas, dependiendo de las hipótesis originarias de la teoría y se debe medir con el concepto de teoría (u obras). Un edificio es una variable de medición y tiene lugar en una teoría o diagrama teórico. Para obtener una mayor confiabilidad, la etiqueta de confirmación se adjunta al apéndice en el que los profesionales se guiarán a autenticar las herramientas correspondientes".

c.2. Confiabilidad

La confiabilidad es la cualidad o característica de nuestro instrumento de medición que nos permite lograr el mismo resultado, cuando se aplica una o más veces a la misma persona los grupos de personas en diferentes momentos. Los términos clave que defina serán: coherente, estable, predecible y objetivo. Estabilidad estable, porque los resultados no cambian, incluso cuando se obtienen en diferentes momentos. Es predecible porque la precisión y certeza del instrumento adquirirá las características del resultado. Y objetivamente, porque los resultados obtenidos son consistentes con la realidad que corresponde a las variables estudiadas.

Neil Salkind nos dice: "Algo creíble funcionará en el futuro tal como lo hizo en el pasado. Una prueba confiable o una medición del comportamiento pueden medir lo mismo más de una vez y conducirá a los mismos resultados. Según el autor citado, el La confiabilidad de nuestra herramienta se medirá siempre que logre los mismos resultados en diferentes momentos y para las mismas personas".

Para Hernández Sampieri (2014; p. 148), "La confiabilidad de un instrumento de medición se refiere al grado en que se repite la aplicación a la misma cosa o cosa conduce a los mismos resultados ". Y por lo tanto; Para determinar la confiabilidad del cuestionario, primero se seleccionará una muestra piloto de 10 personas. Además, las puntuaciones de las obtenidas en la muestra experimental se utilizarán en la prueba de conocimientos, teniendo en cuenta cada ítem. Luego, se estimará el alfa de Cronbach mediante un cuestionario, que se aplicará a las personas de la muestra de prueba.

**FÓRMULA PARA
HALLAR EL ALFA DE**

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum v_i^2}{vt} \right]$$

3.5. Técnicas para el procesamiento y análisis de la información

3.5.1. Técnicas para la recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó la técnica de encuesta: esta técnica se aplica al grupo de investigación para recolectar datos relacionados con la variable dependiente.

3.5.2. Técnicas para el procesamiento de datos

a. La revisión y consistencia de la información

Este paso implica principalmente refinar la información mirando los datos en los dispositivos de campo, con el objetivo de modificar los llamados datos brutos (juicio de expertos).

b. La Codificación y Tabulación

La codificación es la etapa en la que se forma un texto o un conjunto de símbolos o valores de modo que los datos se tabulan, generalmente en números. La tabulación manual se realiza colocando las variables en grupos específicos en una clasificación de datos. También se han utilizado programas de programación mecánica, aplicaciones de software estadístico o paquetes de sistemas informáticos.

a. Cuadros estadísticos bidimensionales

La tabla de estadísticas bidireccionales para presentar los datos de forma organizada y así facilitar la lectura y el análisis, se han desarrollado tablas estadísticas bidireccionales

b. Gráficos de barras

Se utiliza para relacionar las puntuaciones con sus respectivas frecuencias, es típico de una escala de intervalo y posiblemente sea el más específico y el más fácil de entender.

3.5.3. Técnicas Para el Informe Final

- a. La Redacción Científica:** Se realiza de acuerdo con los lineamientos basados en el cumplimiento de la normativa que rige los grados y títulos de la Universidad de Huánuco.

b. Sistema Computarizado: Es una manera similar, los informes se preparan utilizando varios procesadores de texto, software y paquetes de software, y los gráficos y el texto se ingresan de un archivo a otro. Algunos de estos programas son: Word, Excel (hojas de cálculo y gráficos) y SPSS.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Trabajo de campo con aplicación estadística

La codificación es la etapa en la que se formó un cuerpo o grupo de símbolos o valores de tal manera que los datos fueron tabulados, se efectuó con números o letras. La tabulación manual se realizó ubicando a la variable en la clasificación de datos, o sea en la distribución de frecuencias. También se utilizó la tabulación mecánica, aplicando programas o paquetes estadísticos de sistema computarizado.

Tabla 3: BASE DE DATOS DE LOS RESULTADOS DE LA PRE PRUEBA Y POST PRUEBA DEL GRUPO CONTROL Y GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2019

Nº	GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO CONTROL	
	PRE PRUEBA	POST PRUEBA	PRE PRUEBA	POST PRUEBA
	DISCIPLINA DEPORTIVA	DISCIPLINA DEPORTIVA	DISCIPLINA DEPORTIVA	DISCIPLINA DEPORTIVA
1	1	1	1	1
2	1	1	1	1
3	1	1	1	1
4	1	1	1	1
5	1	1	1	1
6	1	1	1	1
7	1	1	1	1
8	1	1	1	1
9	1	2	1	1
10	1	2	1	1
11	1	2	1	1
12	1	2	1	2
13	1	2	1	2
14	1	2	1	2
15	2	3	1	2
16	2	3	1	2
17	2	3	1	2
18	2	3	2	2
19	2	4	2	3
20	2	4	2	3
21	2	4	2	3
22	3	4	2	3
23	3	5	3	4
24	3	5	3	4

25	3	5	3	4
26	3	6	3	4
27	4	6	4	5
28	4	7	4	5
29	4	7	4	5
30	4	7	4	5

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco.

ESCALA						
F	V	B	N	A	TM	K
1	2	3	4	5	6	7

4.2. Análisis descriptivo

4.2.1. Resultados de la pre prueba

a. Para el grupo experimental

Tabla 4: RESULTADOS DE LA PRE PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS

PREFERENCIAS DEPORTIVAS	f_i	h_i	%
Fútbol	14	0.5	47
Voleibol	7	0.2	23
Basquetbol	5	0.2	17
Natación	4	0.1	13
Ajedrez	0	0.0	0
Tenis de mesa	0	0.0	0
Karate	0	0.0	0
	30	1	100

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco según preferencias deportivas.

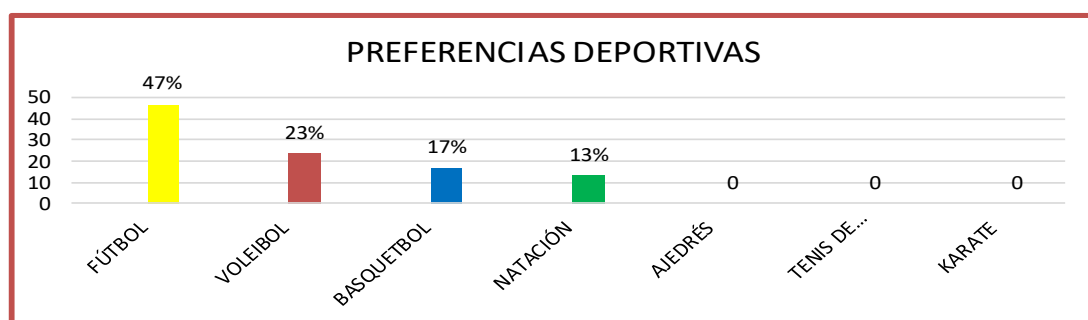


Figura 1: Diagrama de barras de la pre prueba del grupo experimental de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.

Análisis

En la figura se observa a 30 estudiantes con distintas preferencias deportivas, que representan al 100%. En consecuencia; 14 tienen preferencia por el fútbol, lo que representa el 47%; 7 tienen preferencia por el voleibol, lo que representa el 23%; 5 tienen preferencia por el basquetbol, lo que representa el 17%; 4 tienen preferencia por la natación, lo que representa el 13%. En conclusión; ningún estudiante muestra preferencias por el ajedrez, tenis de mesa y karate.

b. Para el grupo control

Tabla 5: RESULTADOS DE LA PRE PRUEBA DEL GRUPO CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS

PREFERENCIAS DEPORTIVAS	f_i	h_i	%
FÚTBOL	17	0.6	57
VOLEIBOL	5	0.2	17
BASQUETBOL	4	0.1	13
NATACIÓN	4	0.1	13
AJEDRÉS	0	0.0	0
TENIS DE MESA	0	0.0	0
KARATE	0	0.0	0
Σ	30	1	100

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco

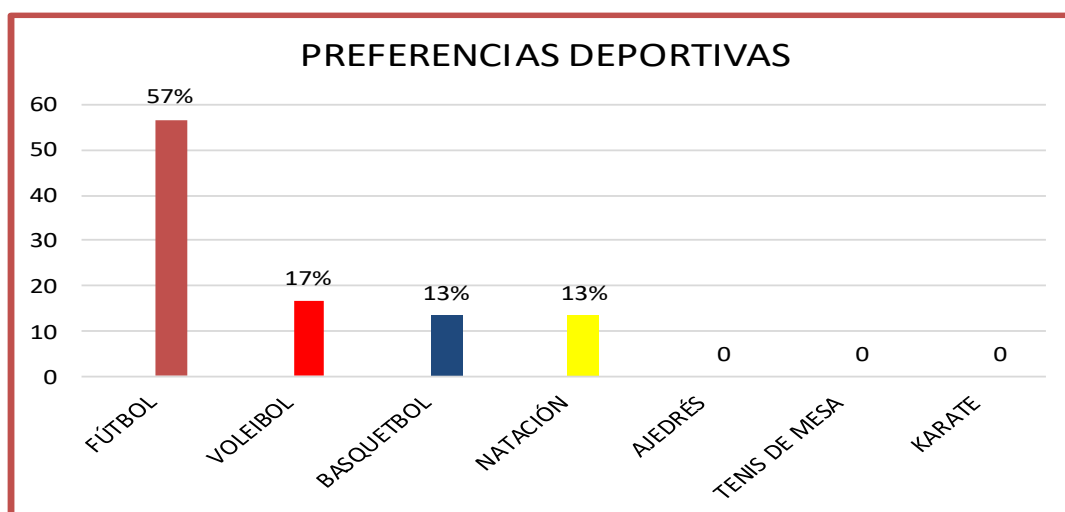


Figura 2: Diagrama de barras de la pre prueba del grupo control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.

Análisis

En la figura se observa a 30 estudiantes con distintas preferencias deportivas, que representan al 100%. En consecuencia; 17 tienen preferencia por el fútbol, lo que representa el 57%; 5 tienen preferencia por el voleibol, lo que representa el 17%; 4 tienen preferencia por el basquetbol, lo que representa el 13%; 4 tienen preferencia por la natación, lo que representa el 13%. En conclusión; ningún estudiante muestra preferencias por el ajedrez, tenis de mesa y karate.

4.2.2. Resultados de la post prueba

a. Para el grupo experimental

Tabla 6: RESULTADOS DE LA POST PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS

PREFERENCIAS DEPORTIVAS	f_i	h_i	%
FÚTBOL	8	0.3	27
VOLEIBOL	6	0.2	20
BASQUETBOL	4	0.1	13
NATACIÓN	4	0.1	13
AJEDRÉS	3	0.1	10
TENIS DE MESA	2	0.1	7
KARATE	3	0.1	10
□	30	1.0	100

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco

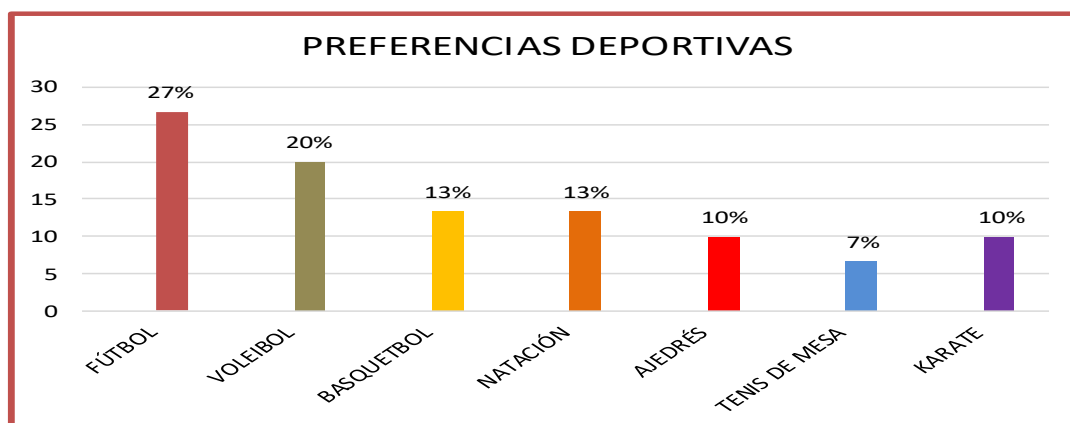


Figura 3: Diagrama de barras de la post prueba del grupo experimental de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.

Análisis

En la figura se observa a 30 estudiantes con distintas preferencias deportivas, que representan al 100%. En consecuencia; 8 tienen preferencia por el fútbol, lo que representa el 27%; 6 tienen preferencia por el voleibol, lo que representa el 20%; 4 tienen preferencia por el basquetbol, lo que representa el 13%; 4 tienen preferencia por la natación, lo que representa el 13%; 3 tienen preferencia por el ajedrez, lo que representa el 10%; 2 tienen preferencia por el tenis de mesa, lo que representa el 7%; y 3 tienen preferencia por el karate, lo que representa el 10%.

b. Para el grupo control

Tabla 7: RESULTADOS DE LA POST PRUEBA DEL GRUPO CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS

PREFERENCIAS DEPORTIVAS	f_i	h_i	%
FÚTBOL	11	0.4	37
VOLEIBOL	7	0.2	23
BASQUETBOL	4	0.1	13
NATACIÓN	4	0.1	13
AJEDRÉS	4	0.1	13
TENIS DE MESA	0	0.0	0
KARATE	0	0.0	0
Σ	30	1	100

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco

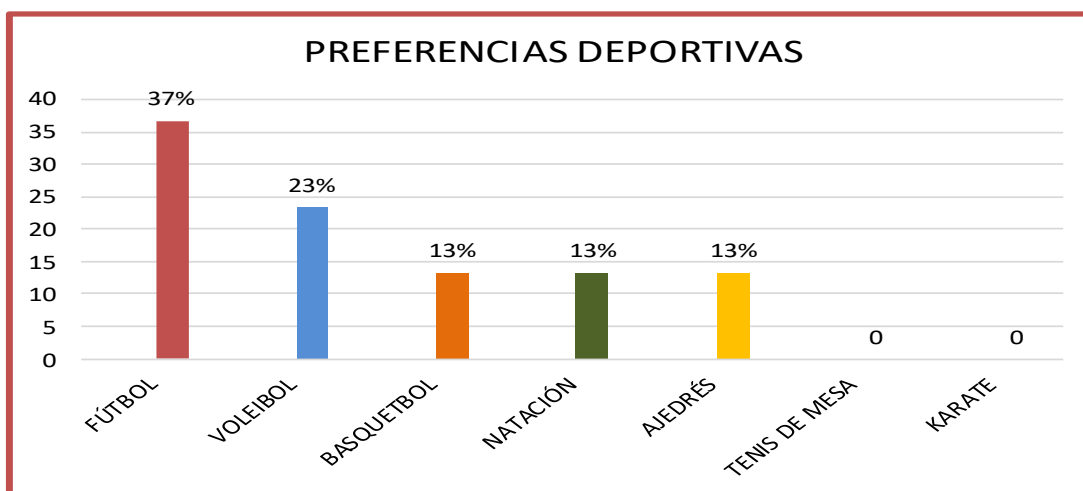


Figura 4: Diagrama de barras de la post prueba del grupo control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.

Análisis

En la figura se observa a 30 estudiantes con distintas preferencias deportivas, que representan al 100%. En consecuencia; 11 tienen preferencia por el fútbol, lo que representa el 37%; 7 tienen preferencia por el voleibol, lo que representa el 23%; 4 tienen preferencia por el basquetbol, lo que representa el 13%; 4 tienen preferencia por la natación, lo que representa el 13%; 4 tienen preferencia por el ajedrez, lo que representa el 13%. En conclusión; ningún estudiante muestra preferencias por el tenis de mesa y karate.

4.2.3. Comparación de resultados entre la pre y post prueba

a. Para el grupo experimental

Tabla 8: RESULTADOS DE LA PRE Y POST PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS

PREFERENCIAS DEPORTIVAS	PRE PRUEBA (O ₁)	POST PRUEBA (O ₂)
FÚTBOL	14	8
VOLEIBOL	7	6
BASQUETBOL	5	4
NATACIÓN	4	4
AJEDRÉS	0	3
TENIS DE MESA	0	2
KARATE	0	3
Σ	30	30

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco

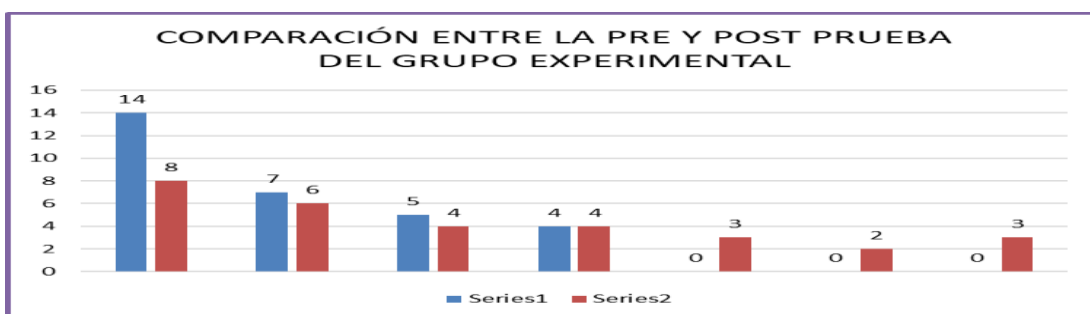


Figura 5: Diagrama de barras de la pre y post prueba del grupo experimental de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.

Análisis

La figura 5 nos muestra resultados del grupo experimental, donde se muestra cambios diferenciados entre ambas pruebas; puesto que los estudiantes muestran preferencias por una disciplina en particular, después de la aplicación de los talleres de práctica deportiva.

b. Para el grupo control

Tabla 9: RESULTADOS DE LA PRE Y POST PRUEBA DEL GRUPO CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS

PREFERENCIAS DEPORTIVAS	PRE PRUEBA (O ₁)	POST PRUEBA (O ₂)
FÚTBOL	17	11
VOLEIBOL	5	7
BASQUETBOL	4	4
NATACIÓN	4	4
AJEDRÉS	0	4
TENIS DE MESA	0	0
KARATE	0	0
Σ	30	30

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco

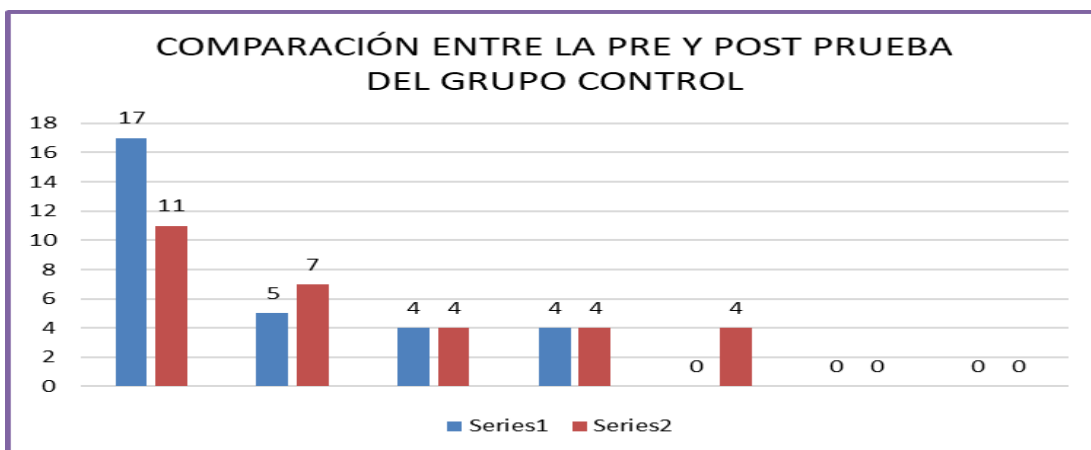


Figura 6: Diagrama de barras de la pre y post prueba del grupo control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.

Análisis

El gráfico nos muestra resultados del grupo control, donde no se muestra cambios diferenciados entre ambas pruebas; puesto que los estudiantes muestran los mismos resultados, en comparación con el grupo experimental.

4.2.4. Comparación de resultados de la post prueba entre el grupo experimental y control

Tabla 10: RESULTADOS DE LA POST PRUEBA DEL GRUPO EXPERIMENTAL Y CONTROL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO SEGÚN LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS

PREFERENCIAS DEPORTIVAS	POST PRUEBA (O ₂ Y O ₄)	
	GRUPO EXPERIMENTAL	GRUPO CONTROL
FÚTBOL	8	11
VOLEIBOL	6	7
BASQUETBOL	4	4
NATACIÓN	4	4
AJEDRÉS	3	4
TENIS DE MESA	2	0
KARATE	3	0
Σ	30	30

FUENTE: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la universidad de Huánuco

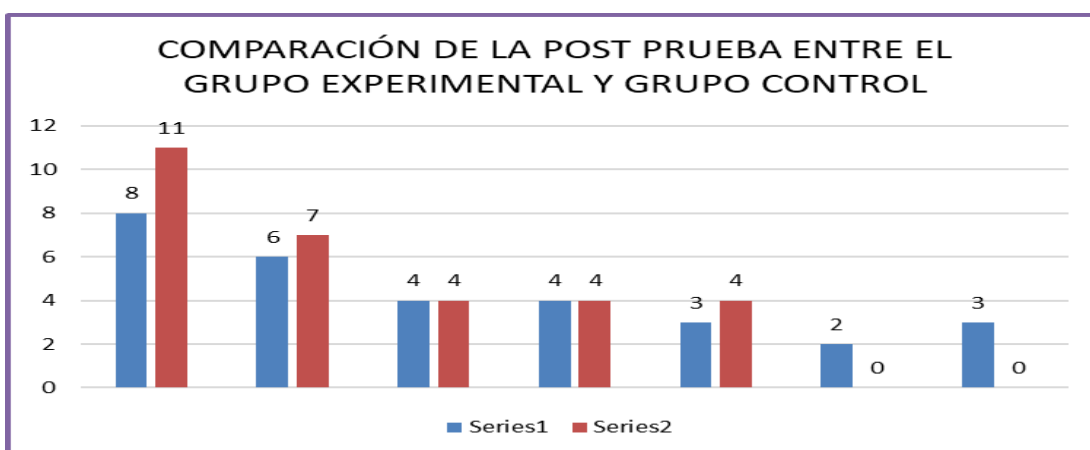


Figura 7: Diagrama de barras de la post prueba del grupo experimental y control de los estudiantes de la universidad de Huánuco según las preferencias deportivas.

Análisis

El gráfico nos muestra resultados de la post prueba del grupo experimental y grupo control, donde se muestra diferencias entre ambos grupos; puesto que los estudiantes muestran equilibrio en las preferencias por una disciplina en particular, después de la aplicación de los talleres de práctica deportiva.

4.3. Análisis inferencial y contrastación de hipótesis

4.3.1. Análisis inferencial

Tabla 11: ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LOS ESTADÍGRAFOS DE LOS GRUPOS EXPERIMENTAL Y CONTROL SEGÚN PUNTAJES DE LA PRE PRUEBA Y POST PRUEBA

ESTADÍGRAFOS	GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO CONTROL	
	PRE PRUEBA	POST PRUEBA	PRE PRUEBA	POST PRUEBA
Media	2	3	2	2
Mediana	2	3	1	2
Moda	1	1	1	1
Desviación estándar	1.1	2.0	1.1	1.45
Coeficiente de asimetría	0.69	0.55	0.94	0.56
Mínimo	1	1	1	1
Máximo	4	7	4	5
Muestra (n)	30	30	30	30

Análisis e interpretación de los estadígrafos

En la tabla N° 9 se observa las medidas estadísticas de los datos obtenidos mediante la aplicación del instrumento a la muestra en dos momentos; pre prueba al inicio del experimento y post prueba al final del mismo. Como se puede apreciar en los valores de los estadígrafos de resumen, dispersión y simetría, se observan diferencias sustanciales entre el grupo experimental y el grupo control, lo que evidencian que ambos grupos se encontraban en situaciones similares al inicio de la investigación, en lo referido a las preferencias deportivas. Las medidas de tendencia central (Media, Mediana

y Moda) en el grupo experimental indican diferencias significativas entre el inicio del experimento y la finalización del mismo; hubo un desplazamiento de los puntajes obtenidos por los estudiantes, desde la izquierda hacia la derecha, ubicándose al final con puntajes más equivalentes. Mientras tanto, en el grupo control este fenómeno no se observa; es decir, como no hubo tratamiento no hay respuesta alguna; o podría decirse que no son significativas estadísticamente.

Las medidas de dispersión (desviación estándar), indican el grado de cohesión de los datos en relación a las medidas de tendencia central. En el grupo experimental se observa una disminución significativa en la desviación estándar, el mismo que nos indica que las preferencias deportivas, en los estudiantes con la aplicación de los talleres de práctica deportiva producen resultados favorables a nuestro propósito. El comportamiento de las mismas medidas para el grupo control es impredecible; indicándonos que cuando no se presentan o aplican propuestas específicas, no se debe esperar ningún resultado favorable. Estos valores de la desviación estándar nos permiten afirmar que los puntajes del grupo experimental son ligeramente más homogéneos que los puntajes del grupo control. Del análisis se demuestra que al grupo experimental le corresponde un coeficiente de asimetría de 0.55 y al grupo control de 0,56 en ambos casos se observa un sesgo positivo, es decir existe relativo predominio de valores menores respecto a la media aritmética.

Luego del análisis comparativo de los estadígrafos de la post prueba podemos establecer la existencia de diferencias en el nivel de mejora de las preferencias deportivas en los estudiantes de los grupos experimentales y control, al finalizar la aplicación de los talleres de práctica deportiva.

4.3.2. Contrastación de la hipótesis secundarias

a. Prueba de hipótesis

Con la finalidad de elevar el nivel de la investigación y darle el carácter científico, nos permitimos someter a prueba nuestra hipótesis, de modo que la contrastación de la hipótesis formulada sea generalizable. Para tal efecto se ha considerado los siguientes pasos:

➤ **Formulación de la hipótesis**

Hipótesis Nula: “Los talleres de la práctica deportiva no influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019”

$$H_0: \mu_e = \mu_c$$

Hipótesis Alternativa: “Los talleres de la práctica deportiva influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019”.

$$H_a: \mu_e \neq \mu_c$$

➤ **Determinación si la prueba es unilateral o bilateral**

La hipótesis alternativa indica que la prueba es bilateral de dos colas, porque se trata de verificar dos probabilidades.

➤ **Determinación del nivel de significatividad de la prueba**

Asumimos el nivel de significación de 5%, en consecuencia, el nivel de confiabilidad es de 95%.

➤ **Distribución aplicable para la prueba**

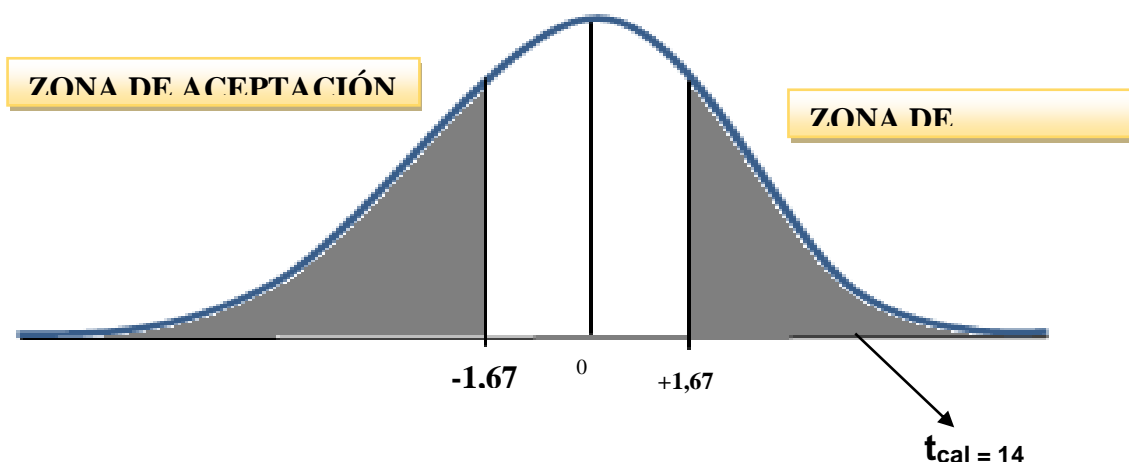
Considerando que los datos son la media de la muestra \bar{x} y la media poblacional μ , se utilizó la distribución muestral de medias. Además como $n \leq 30$ (muestra pequeña) y se desconoce σ (desviación estándar de la población) se empleó la distribución de Student.

➤ **El nivel crítico de la prueba**

Necesitamos determinar el valor crítico de la t de Student.

$$g\ell = n_1 + n_2 - 2 = 30 + 30 - 2 = 58 \text{ g}\ell$$

Para la prueba de dos colas con $\alpha = 5\% = 0,05$ en la tabla de la distribución de Student, tenemos para el lado derecho: $+t_{\text{crít.}} = 1,67$. Por simetría, en el lado izquierdo será: $-t_{\text{crít.}} = -1,67$.



➤ Cálculo estadístico de la prueba

Siendo: $n_1 = 30$ y $n_2 = 30$, se utiliza la fórmula $t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$ cuando las

muestras son del mismo tamaño.

Datos:

$$\bar{x}_1 = 16 \quad ; \quad \bar{x}_2 = 9$$

$$S_1^2 = 1,96 \quad ; \quad S_2^2 = 5,76$$

$$t = \frac{16 - 9}{\sqrt{\frac{1,96}{30} + \frac{5,76}{30}}} = \frac{7}{\sqrt{0,065 + 0,192}} = \frac{7}{\sqrt{0,257}} = \frac{7}{0,5} = 14 \quad t = 14$$

➤ Toma de decisiones

Observamos en el diagrama, que el estadístico $t_{cal} = 14$ se halla dentro de la región de rechazo; por lo tanto, descartamos la H_0 y aceptamos la H_a , donde manifiesta que, los talleres de la práctica deportiva influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco; percibiéndose que, los estudiantes del grupo experimental alcanzaron un mayor desarrollo con respecto a los del grupo control.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En este capítulo presentamos la confrontación de la situación problemática formulada con los referentes bibliográficos, la hipótesis general en base a la prueba de hipótesis y el aporte científico de la investigación.

5.1. Contrastación de los resultados del trabajo de campo con los referentes bibliográficos de las bases teóricas.

Frente a la interrogante, ¿Cuál es la influencia de los talleres de práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019?, luego de haber concluido con la investigación se pudo determinar que la aplicación de los talleres tuvo un efecto significativo en las preferencias deportivas.

Tal como se evidencian en los cuadros 04; 05; 06 y 07 en las que se muestra la superioridad del grupo experimental en relación al grupo control, en lo referido a las preferencias deportivas.

Grasso, A. (2009); Mención: El desarrollo de las prácticas deportivas está actualmente determinado por el progreso social, científico y tecnológico del mundo. La demanda de hábitos sociales relacionados con los logros de bienestar físicos, psicológicos y emocionales crea que los talleres deportivos son cada vez más importantes en los programas institucionales. Por lo tanto, por la práctica deportiva, los estudiantes planean desarrollar una conciencia esencial de la atención médica y otros, buscar la autonomía y puede asumir sus propias decisiones para mejorar la calidad de vida.

Vilches (2007), el estilo de vida de los estudiantes cada vez menos atletas gratuitas para ver la televisión, jugar con las computadoras, con videojuegos, para realizar tareas entre otras.

Gutiérrez (2000), este cultivo, así como muchos estudios, en los que la relación positiva entre el estilo de vida positivo y un estado de salud y salud será el punto de partida en beneficio de conocer y comprender los factores que afectan el mantenimiento de los individuos.

CAGIGAL M. (1979 y 1990), los deportes jugados, aptos y la competencia y pueden tener una orientación dual para los programas deportivos y

deportivos. Hacia exposiciones deportivas es una sociedad, política, ocupación, trabajo, desempeño pasivo y entretenimiento. Cuando se dirige hacia Praxis, está activo en entretenimiento, higiene de salud, desarrollo biológico, entretenimiento, educación, tecnología de ruptura (familia), relaciones sociales y personales o pase extranjero. Según la tabla número 07; nos muestra los resultados del grupo de control, donde las modificaciones no se muestran entre dos ensayos; Debido a que los estudiantes muestran resultados similares, en comparación con el grupo de pruebas. Sin embargo; En la Tabla 06, estos resultados se modifican para apoyar al grupo de pruebas; Desde entonces, esto muestra nuestros resultados en los que los cambios difieren entre las dos pruebas; Debido a que los estudiantes muestran su prioridad por una disciplina específica, después de aplicar talleres prácticos deportivos.

MINEDU (2016); Postura: los estudiantes entienden y se perciben en interactuar con su espacio y las personas en su entorno, ayudando a fortalecer su identidad y autoestima. Es internamente y organizó sus movimientos de manera efectiva de acuerdo con su capacidad, en la práctica de actividades físicas, como jugar, deportes y desarrolladores en la vida cotidiana. Del mismo modo, puede mostrar y comunicarse a través de su cuerpo: ideas, emociones y sentimientos con gestos, posturas, un tono muscular, entre otros.

Sánchez (1996) identifica las actividades físicas o deportivas como "el movimiento del cuerpo de todo tipo, producido por las contracciones musculares y conduce a un aumento significativo en los costos de energía".

Casimiro, (2001). La actividad física frecuente se define como un ejercicio activo que hace que los grupos internacionales intercepten al menos 30 minutos durante el día, todos los días de la semana con intensidad moderada. Esta es una de las formas más simples de mejorar la salud y mantenerse saludable. Él tiene el poder de prevenir y controlar algunas enfermedades. La actividad física aumenta la energía y reduce el estrés, la concentración de colesterol alta y la presión arterial. Además, reduce un cierto riesgo de cáncer, especialmente el colon.

Pedro Gil Madrona y Onofre R. Contreras Jordán (2002), plantea lo siguiente: "...la salud puede abarcar aspectos físicos, mentales y sociales,

cuya definición resulta difícil y compleja: un buen estado de la salud puede ser definido como «la capacidad psicológica de realizar, de forma normal, actividades diarias con seguridad e independencia, sin fatigarse excesivamente...”

En la tabla N° 9 se observa las medidas estadísticas de los datos obtenidos mediante la aplicación del instrumento a la muestra en dos momentos; pre prueba al inicio del experimento y post prueba al final del mismo. Como se puede apreciar en los valores de los estadígrafos de resumen, dispersión y simetría, se observan diferencias sustanciales entre el grupo experimental y el grupo control, lo que evidencian que ambos grupos se encontraban en situaciones similares al inicio de la investigación, en lo referido a las preferencias deportivas.

Las medidas de tendencia central (Media, Mediana y Moda) en el grupo experimental indican diferencias significativas entre el inicio del experimento y la finalización del mismo; hubo un desplazamiento de los puntajes obtenidos por los estudiantes, desde la izquierda hacia la derecha, ubicándose al final con puntajes más equivalentes. Mientras tanto, en el grupo control este fenómeno no se observa; es decir, como no hubo tratamiento no hay respuesta alguna; o podría decirse que no son significativas estadísticamente.

Las medidas de dispersión (desviación estándar), indican el grado de cohesión de los datos en relación a las medidas de tendencia central. En el grupo experimental se observa una disminución significativa en la desviación estándar, el mismo que nos indica que las preferencias deportivas, en los estudiantes con la aplicación de los talleres de práctica deportiva producen resultados favorables a nuestro propósito. El comportamiento de las mismas medidas para el grupo control es impredecible; indicándonos que cuando no se presentan o aplican propuestas específicas, no se debe esperar ningún resultado favorable. Estos valores de la desviación estándar nos permiten afirmar que los puntajes del grupo experimental son ligeramente más homogéneos que los puntajes del grupo control.

MINEDU (2016); plantea: En la práctica de diferentes actividades físicas (juegos, deportes, actividades predeportivas, etc.). Implica poner en juego los recursos personales para una apropiada interacción social, inclusión y

convivencia, insertándose adecuadamente en el grupo y resolviendo conflictos de manera asertiva, empática y pertinente a cada situación. De igual manera, aplica estrategias y tácticas para el logro de un objetivo común en la práctica de diferentes actividades físicas, mostrando una actitud proactiva en la organización de eventos lúdicos y deportivos.

Santiago C. (1993), el deporte le da al hombre una dimensión corporal dado que en su práctica es del todo necesaria la intervención y participación del cuerpo con tal tanto en su dimensión física como intelectual, asimismo lo sitúa en una realidad lúdica y recreativa en la que el juego es factor clave para su realización, pero además, también le posibilita en poner en juego su gestualidad y expresividad en muy diversas formas, le coloca ante un reto que debe afrontar dado que el deporte es competición y como consecuencia de todo ello lo hace un ser cultural, pues el deporte es uno de los elementos de la cultura de la sociedad actual.

Grupo WHOQOL en Foro Mundial de la Salud, OMS (1996), la calidad de vida es "la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus expectativas, sus normas, sus inquietudes.

5.2. Ccontrastación de la hipótesis general en base a la prueba de hipótesis

Frente a la hipótesis propuesta: "Los talleres de la práctica deportiva influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019", luego de haber aplicado la décima de hipótesis tenemos indicios suficientes que nos prueban que las preferencias deportivas aplicando los talleres de la práctica deportiva en el grupo experimental, es mayor de aquellos estudiantes del grupo control, ya que el valor de $t_{cal.} = 14$ es mayor significativamente respecto a la $t_{crít.} = 1,67$ en consecuencia se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna.

Al finalizar el presente trabajo de investigación, se observa que existe un resultado ascendente en el grupo experimental, tal como se muestra en la prueba de hipótesis. Demostrando que la aplicación de los talleres de la práctica deportiva influye en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019.

5.3. Aporte de la investigación

El resultado y producto de nuestra investigación tiene una importancia teórico científico, pues se trata de una contribución al desarrollo de la ciencia de la educación. Además, el presente trabajo de investigación tiene una importancia práctica, ya que hace necesario encaminarse al proceso formativo de los estudiantes, en el sentido de la ayuda reciproca de solidaridad social y de superación, del interés de la colectividad. A los trabajadores de la educación, les sirve este programa, porque está orientada a mejorar las preferencias deportivas.

CONCLUSIONES

1. Se pudo Identificar el nivel de los talleres de práctica deportiva y la preferencia deportiva que presentan los estudiantes; puesto que, la figura 5 nos muestra resultados del grupo experimental, donde se muestra cambios diferenciados entre ambas pruebas; puesto que los estudiantes muestran preferencias por una disciplina en particular, después de la aplicación de los talleres de práctica deportiva.
2. Luego de aplicar la prueba de hipótesis, tenemos evidencia suficiente que nos permite medir el efecto de los talleres de práctica deportiva en las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco, ya que son superiores al grupo control de estudiantes; Donde, el valor de t es cal. = 14 es mucho mayor que el t crít. = 1,67; Por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa.
3. De la comparación de los resultados de la post prueba del GE y GC, tal como se resalta en la tabla N° 8; donde se muestra diferencias entre ambos grupos; puesto que los estudiantes muestran equilibrio en las preferencias por una disciplina en particular, después de la aplicación de los talleres de práctica deportiva.
4. Luego de identificar el nivel de los talleres de práctica deportiva, aplicar la prueba y comparar las diferencias de ambos grupos, se da a conocer los resultados a través una evaluación subjetiva, que espero, se conozca a través de este estudio.

SUGERENCIAS

A la Oficina de Bienestar Universitario:

- a. Prestar más atención al problema de los universitarios que no practican deporte y no disfrutan de ningún deporte, ya que es un factor de riesgo para la responsabilidad sanitaria de la Universidad de Huánuco.
- b. Implementar estudios permanentes de satisfacción de los usuarios, especialmente de aquellos que no practican ninguna disciplina deportiva en la Universidad y mejorar los mecanismos de comunicación para la oferta deportiva, porque esto constituye una causa principal de desconocimiento de los servicios deportivos.
- c. Implementación de nuevas disciplinas deportivas como un factor de éxito, para minimizar el ausentismo de la práctica y la preferencia deportiva y promover cursos y seminarios de perfeccionamiento y actualización a docentes de talleres formativos y estudiantes deportistas.

A la Universidad de Huánuco:

- a. Ante el bajo índice de práctica y preferencia deportiva de la población universitaria, considerar el incremento de horas de práctica deportiva obligatoria, como una acción para la promoción de estilos de vida saludable y la prevención de factores de riesgo.
- b. Construir, implementar y mejorar las instalaciones deportivas de acuerdo al avance y desarrollo tecnológico.
- c. Adecuarse a exigencias de la SUNEDU y a los estándares de calidad de la Universidad Peruana.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aguilera López, Ricardo: Ajedrez hipermoderno (en dos volúmenes). Madrid: Aguilera, Centro de Ajedrez Internacional (Colección Club de Ajedrez), 2004. ISBN 84-7005-157-1.
2. Cagigal M. (1979 - 1990). "Actividad Física. España – Murcia".
3. Casimiro, (2001) "Efectos fisiológicos del ejercicio físico". En actas del II congreso internacional de educación física y diversidad – Murcia: consejería de educación y universidades.
4. El fútbol, de Ildefonso García. Madrid, 1998, Acento Editorial. ISBN 84-483-0337-7
5. Evaluación de la Calidad de Vida, Grupo WHOQOL, 1994. ¿Por qué Calidad de Vida?, Grupo WHOQOL. En: Foro Mundial de la Salud, OMS, Ginebra, 1996.
6. Evaluación de la Calidad de Vida, Grupo WHOQOL, 1994. ¿Por qué Calidad de Vida?, Grupo WHOQOL. En: Foro Mundial de la Salud, OMS, Ginebra, 1996.
7. Federación Internacional de Voleibol, FIVB (2012). «Reglas Oficiales del Voleibol 2017-2020», p. 28
8. Glück, Jay: Combate Zen. Ciudad de México: Editorial Diana S.A. de C.V., 2004. 240 p. ISBN 968-13-3615-1.
9. Grasso, A. (2009). la Educación Física cambia. Buenos Aires: Centro de publicaciones educativas y material didáctico.
10. Gutierrez, M. (2000). "Actividad física, estilos de vida y calidad de vida. Revista de educación física".
11. La filosofía del fútbol, de Mark Perryman. Barcelona, 1997, Edhasa. ISBN 84-350-6501-4.
12. Laughlin, Terry (1996). Total Immersion. Fireside, New York.
13. McGraw, Myrtle B (1939). «Swimming behavior of the human infant». The Journal of Pediatrics 15: 485-490
14. MINEDU (2016). Programación curricular. Lima, Perú. P 62.
15. Navarro, Joaquín Pérez; Tena, Emilio Cerdá; Pastor, José Luis Jimeno (1 de enero de 2003). Teoría de juegos. Pearson Educación. ISBN 9788420537269. Consultado el 5 de agosto de 2015.

16. Nuviala R. (2005). "Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes". La influencia de los padres. Revista retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación.
17. Pedro Gil Madrona y Onofre R. Contreras Jordán (2005). En su obra Enfoques actuales de la educación física y el deporte. Pp 229-242
18. Pedro Gil Madrona y Onofre R. Contreras Jordán. Enfoques actuales de la educación física y el deporte. Retos e interrogantes: el manifiesto de antigua, Guatemala. 2005.
19. Pereira da Costa, Lamartine; Miragaya, Ana (2002). Worldwide Experiences and Trends in Sport for All
20. Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española (2014). «Fútbol». Diccionario de la lengua española (23.^a edición). Madrid: Espasa. ISBN 978-84-670-4189-7. Consultado el 23 de junio de 2013.
21. Real Academia Española, (2019) Diccionario panhispánico de dudas.
22. Roberto Hernández Sampieri en su texto Metodología de la Investigación (2006: 102)
23. Rodrigues, Sergio T.; Vickers, Joan N.; Williams, A. Mark (2002). «Head, eye and arm coordination in table tennis». Journal of Sports Sciences (en inglés) 20 (3): 187-200.
24. Sanches Bañuelos (1996) "La actividad física orientada hacia la salud". Madrid: biblioteca nueva.
25. SANCHEZ CARLESSI, H. (1992). Metodología y Diseños en la Investigación Científica. MINISTERIO DE EDUCACIÓN (2002). Manual para docentes de educación primaria. Lima, Perú.
26. Santiago C. (1993). "Actividad física en nuevas paradigmas".
27. Zubiri X. Sobre el hombre. Madrid: Alianza;1986.

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: PRÁCTICAS Y PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2019.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la influencia de los talleres de práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>a. ¿Cómo es el nivel de los talleres de práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco?</p> <p>b. ¿Cómo es la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco?</p> <p>c. ¿Cuáles son los resultados de la prueba del GC y GE?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Evaluar la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>a. Identificar el nivel de los talleres de práctica deportiva y la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco.</p> <p>b. Medir la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Los talleres de la práctica deportiva influyen en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>a. Si se identifica el nivel de los talleres de práctica deportiva entonces se conocerá la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco</p> <p>b. Si se mide la influencia de los talleres de la práctica deportiva entonces se identificará la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco.</p>	<p>Variable Independiente</p> <p>TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS</p> <p>Variable dependiente</p> <p>PREFERENCIAS DEPORTIVAS</p>	<p>SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD</p> <p>INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</p> <p>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</p> <p>FÚTBOL</p> <p>VOLEIBOL</p> <p>BASQUETBOL</p>	<p>➤ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces.</p> <p>➤ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo</p> <p>➤ Elabora con sus compañeros diálogos corporales.</p> <p>➤ Organiza eventos deportivos integrando a todas las personas de la comunidad educativa</p> <p>➤ Promueve la práctica de actividad física basada en el disfrute por el juego, la tolerancia y el respeto.</p> <p>➤ Asume su responsabilidad durante todo el proceso. Comparte con sus pares de distinto género.</p> <p>➤ Incluye a pares con desarrollos diferentes.</p> <p>➤ Promueve el rechazo a todo tipo de discriminación durante la práctica de actividades lúdicas, recreativas, predeportivas y deportivas.</p> <p>➤ Elabora y comunica tácticas y estrategias en los juegos y actividades deportivas de interés colectivo.</p> <p>➤ Asume roles y funciones bajo un sistema de juego que vincula las habilidades y capacidades de cada uno de los integrantes del equipo.</p> <p>➤ Argumenta la importancia de la actividad física.</p> <p>➤ Organiza y ejecuta campañas en donde se promocioe la salud (física, psicológica y emocional) integrada al bienestar colectivo.</p> <p>➤ Participa regularmente en sesiones de actividad física que vayan de acuerdo con sus necesidades e intereses.</p> <p>➤ Elabora un plan de actividades para mantener o mejorar su bienestar (físico, psicológico y emocional)</p> <p>➤ Toma en cuenta su estado nutricional, su gasto calórico diario, sus prácticas alimentarias y las características de la actividad física que practica.</p> <p>➤ Interpreta los resultados de las pruebas que miden su aptitud física.</p> <p>➤ Participa en actividades de promoción de hábitos alimenticios saludables y sostenibles.</p> <p>➤ Consume y combina de forma óptima alimentos locales y disponibles, evaluando sus características y necesidades calóricas.</p> <p>➤ Incluye hábitos de higiene integral,</p> <p>➤ Realiza actividad física diaria y prácticas amigables con el ambiente, para su óptimo desempeño diario.</p> <p>• Practica esta disciplina deportiva.</p> <p>• Conoce las reglas de juego.</p> <p>• Frecuencia con que practica este deporte.</p> <p>• Días de práctica a la semana.</p> <p>• Valoración de las instalaciones donde practica.</p> <p>• Practica fuera de la UDH.</p> <p>• Practica esta disciplina deportiva.</p> <p>• Conoce las reglas de juego.</p> <p>• Frecuencia con que practica este deporte.</p> <p>• Días de práctica a la semana.</p> <p>• Valoración de las instalaciones donde practica.</p> <p>• Practica fuera de la UDH</p> <p>• Practica esta disciplina deportiva.</p> <p>• Conoce las reglas de juego.</p> <p>• Frecuencia con que practica este deporte.</p> <p>• Días de práctica a la semana.</p> <p>• Valoración de las instalaciones donde practica.</p> <p>• Practica fuera de la UDH.</p>	<p>PROGRAMA EXPERIMENTAL</p> <p>CUESTIONARIO</p>	<p>*TIPO DE INVESTIGACIÓN Experimental</p> <p>MÉTODO EXPERIMENTAL DISEÑO DE INVESTIGACIÓN CUASI EXPERIMENTAL</p> <p>El esquema es el siguiente: GE:X.....O2 O1:X.....O2 GC: O3 - O4</p> <p>LEYENDA Donde: GE: Grupo experimental GC: Grupo control X: Representa la variable independiente a aplicar después de la pre prueba en el GE.</p> <p>O1 y O2: Pre prueba y post prueba para el GE. O3 y O4: Pre prueba y post prueba para el GC.</p> <p>- : Ausencia del tratamiento experimental, indica que se trata de un GC.</p> <p>POBLACIÓN: estudiantes de la UDH.</p> <p>MUESTRA La muestra estará constituida por 30 estudiantes para el grupo experimental</p>

	c. Comparar los resultados de la prueba del GE y GC.	c. Los resultados de la prueba del GC y GE muestran diferencias significativas.		NATACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Practica esta disciplina deportiva. • Conoce las reglas de juego. • Frecuencia con que practica este deporte. • Días de práctica a la semana. • Valoración de las instalaciones donde practica. • Practica fuera de la UDH. 		y 30 para el grupo control. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS Encuesta - cuestionario
				AJEDREZ	<ul style="list-style-type: none"> • Practica esta disciplina deportiva. • Conoce las reglas de juego. • Frecuencia con que practica este deporte. • Días de práctica a la semana. • Valoración de las instalaciones donde practica. • Practica fuera de la UDH. 		
				TENIS DE MESA	<ul style="list-style-type: none"> • Practica esta disciplina deportiva. • Conoce las reglas de juego. • Frecuencia con que practica este deporte. • Días de práctica a la semana. • Valoración de las instalaciones donde practica. • Practica fuera de la UDH. 		
				KARATE	<ul style="list-style-type: none"> • Practica esta disciplina deportiva. • Conoce las reglas de juego. • Frecuencia con que practica este deporte. • Días de práctica a la semana. • Valoración de las instalaciones donde practica. • Practicas fuera de la UDH. 		

**ESCUELA DE POST GRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCIÓN: DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR E INVESTIGACIÓN**

CUESTIONARIO

DATOS GENERALES:

1. **NOMBRES Y APELLIDOS DEL INVESTIGADOR:**
2. **TÍTULO DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN:** "Prácticas y preferencias deportivas de los estudiantes en la Universidad de Huánuco, 2019".

1. FUTBOL		ESCALA DE VALORACIÓN								
N°	INDICADORES	1	2	3	4	5	6	7	8	9
01	Practica esta disciplina deportiva.									
02	Conoce las reglas de juego.									
03	Frecuencia con que practica este deporte.									
04	Días de práctica a la semana.									
05	Valoración de las instalaciones donde práctica.									
06	Practica fuera de la UDH.									
2. VOLEIBOL										
01	Practica esta disciplina deportiva.									
02	Conoce las reglas de juego.									
03	Frecuencia con que practica este deporte.									
04	Días de práctica a la semana.									
05	Valoración de las instalaciones donde práctica.									
06	Practica fuera de la UDH.									
3. BASQUETBOL										
01	Practica esta disciplina deportiva.									
02	Conoce las reglas de juego.									
03	Frecuencia con que practica este deporte.									
04	Días de práctica a la semana.									
05	Valoración de las instalaciones donde práctica.									
06	Practica fuera de la UDH.									
4. NATACIÓN										
01	Practica esta disciplina deportiva.									
02	Conoce las reglas de juego.									
03	Frecuencia con que practica este deporte.									
04	Días de práctica a la semana.									
05	Valoración de las instalaciones donde práctica.									
06	Practica fuera de la UDH.									
5. AJEDREZ										
01	Practica esta disciplina deportiva.									
02	Conoce las reglas de juego.									
03	Frecuencia con que practica este deporte.									
04	Días de práctica a la semana.									
05	Valoración de las instalaciones donde práctica.									
06	Practica fuera de la UDH.									
6. TENIS DE MESA										
01	Practica esta disciplina deportiva.									
02	Conoce las reglas de juego.									
03	Frecuencia con que practica este deporte.									
04	Días de práctica a la semana.									
05	Valoración de las instalaciones donde práctica.									
06	Practica fuera de la UDH.									
7. KARATE										
01	Practica esta disciplina deportiva.									
02	Conoce las reglas de juego.									
03	Frecuencia con que practica este deporte.									
04	Días de práctica a la semana.									
05	Valoración de las instalaciones donde práctica.									
06	Practica fuera de la UDH.									

ESCALA DE VALORACION											
CARACTERÍSTICA	SÍ	NO	1 HORA	2 HORAS	A MÁS	1 DÍA	2 DÍAS	A MÁS	BUENO	REGULAR	MALO
VALORACIÓN	1	2	3	4		5	6		7	8	9
ÍTEMS	1: 2: 6	1: 2: 6	3	3		4	4		5	5	5

FICHA DE VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTO

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto	
Cargo e institución donde labora	
Correo electrónico del experto	
Nombre del instrumento evaluación	
Autor del instrumento	

II. ÍTEMS (CRITERIOS DE VALIDACIÓN: Claridad, objetividad y pertinencia)

PRÁCTICAS Y PREFERENCIAS DEPORTIVAS							
VARIABLE	DIMENSIONES	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES ÍTEMS	CRITERIOS DE VALIDACIÓN				OBSERVACIONES
			CLARO		PERTINENTE		
			SI	NO	SI	NO	
	FÚTBOL	Practica esta disciplina deportiva.					
		Conoce las reglas de juego.					
		Frecuencia con que practica este deporte.					
		Días de práctica a la semana.					
		Valoración de las instalaciones donde práctica.					
		Practica fuera de la UDH.					
	VOLEIBOL	Practica esta disciplina deportiva.					
		Conoce las reglas de juego.					
		Frecuencia con que practica este deporte.					
		Días de práctica a la semana.					
		Valoración de las instalaciones donde práctica.					
		Practica fuera de la UDH.					
	BASQUETBOL	Practica esta disciplina deportiva.					
		Conoce las reglas de juego.					
		Frecuencia con que practica este deporte.					
		Días de práctica a la semana.					
		Valoración de las instalaciones donde práctica.					
		Practica fuera de la UDH.					
	NATACIÓN	Practica esta disciplina deportiva.					
		Conoce las reglas de juego.					
		Frecuencia con que practica este deporte.					
		Días de práctica a la semana.					
		Valoración de las instalaciones donde práctica.					
		Practica fuera de la UDH.					
	AJEDREZ	Practica esta disciplina deportiva.					
		Conoce las reglas de juego.					
		Frecuencia con que practica este deporte.					
		Días de práctica a la semana.					
		Valoración de las instalaciones donde práctica.					
		Practica fuera de la UDH.					
TENIS DE MESA	Practica esta disciplina deportiva.						
	Conoce las reglas de juego.						
	Frecuencia con que practica este deporte.						
	Días de práctica a la semana.						
	Valoración de las instalaciones donde práctica.						
	Practica fuera de la UDH.						
KARATE	Practica esta disciplina deportiva.						
	Conoce las reglas de juego.						
	Frecuencia con que practica este deporte.						
	Días de práctica a la semana.						
	Valoración de las instalaciones donde práctica.						
	Practica fuera de la UDH.						

III. JUICIO DE EXPERTO, RESPECTO AL INSTRUMENTO

() VÁLIDO	() MEJORAR	() NO VÁLIDO
------------	-------------	---------------

LUGAR Y FECHA:

.....
FIRMA DEL EXPERTO

X

FICHA DE VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTO

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto	ANDRÉS A. HUAYNATES TRINIDAD
Cargo e institución donde labora	ISPP MARCOS DURÁN MARTEL
Correo electrónico del experto	andresHuaynates@hotmail.com
Nombre del instrumento evaluación	FICHA DE VALIDACIÓN
Autor del instrumento	JOSÉ M. DELGADO y MANZANO.

II. ÍTEMS (CRITERIOS DE VALIDACIÓN: Claridad, objetividad y pertinencia)

		OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	CRITERIOS DE VALIDACIÓN				OBSERVACIONES
VARIABLE	DIMENSIONES	ÍTEMS	CLARO		PERTINENTE		
			SI	NO	SI	NO	
PRÁCTICAS Y PREFERENCIAS DEPORTIVAS	FÚTBOL	Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
	VOLEIBOL	Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
	BASQUETBOL	Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
	NATACIÓN	Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
	AJEDREZ	Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
	TENIS DE MESA	Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
	KARATE	Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
			Practica fuera de la UDH.	✓		✓	

III. JUICIO DE EXPERTO, RESPECTO AL INSTRUMENTO

(✓) VÁLIDO	() MEJORAR	() NO VÁLIDO
------------	-------------	---------------

LUGAR Y FECHA: AMARILIS, 06/07/2020.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
I.S.P.P. MARCOS DURÁN MARTELLic. Andrés A. Huaynates Trinidad
CAPACITADOR MONITOR
ITEM 10. S. HUAYNATES

FIRMA DEL EXPERTO

FICHA DE VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTO

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto	Alcedo Diaz Bedoya Demetrio
Cargo e institución donde labora	Docente. I.E.E. NSM
Correo electrónico del experto	demetrio.ad21@hotmail.com
Nombre del instrumento evaluación	Validación
Autor del instrumento	Jose Manuel Delgado y Manzano


II. ÍTEMS (CRITERIOS DE VALIDACIÓN: Claridad, objetividad y pertinencia)

		OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	CRITERIOS DE VALIDACIÓN				OBSERVACIONES
VARIABLE	DIMENSIONES	ÍTEMS	CLARO		PERTINENTE		
			SI	NO	SI	NO	
PRÁCTICAS Y PREFERENCIAS DEPORTIVAS	FÚTBOL	Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
	VOLEIBOL	Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
	BASQUETBOL	Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
	NATACIÓN	Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
	AJEDREZ	Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
		Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
	TENIS DE MESA	Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		
	KARATE	Practica esta disciplina deportiva.	✓		✓		
		Conoce las reglas de juego.	✓		✓		
		Frecuencia con que practica este deporte.	✓		✓		
		Días de práctica a la semana.	✓		✓		
		Valoración de las instalaciones donde practica.	✓		✓		
		Practica fuera de la UDH.	✓		✓		

III. JUICIO DE EXPERTO, RESPECTO AL INSTRUMENTO

(✓) VÁLIDO	() MEJORAR	() NO VÁLIDO
------------	-------------	---------------

LUGAR Y FECHA: Huánuco, 23 de Julio 2020.


 FIRMA DEL EXPERTO
 Dr. Bedoya Demetrio Alcedo Diaz
 DNI 09499250

CONSENTIMIENTO INFORMADO



Escuela
de Post Grado

FECHA: 05-09-2019

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: “PRÁCTICAS Y PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2019”

Evaluar la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019.

INVESTIGADOR: José Manuel Delgado y Manzano

- **Consentimiento / Participación voluntaria**

Acepto participar en el estudio: He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente. Conozco voluntariamente participar en este estudio y entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la intervención (tratamiento) sin que me afecte de ninguna manera.

- **Firmas del participante o responsable legal**

(Huella digital si el caso lo amerita)

Firma del participante:_____

Firma del investigador responsable:_____

Huánuco, 2019

PROGRAMA EXPERIMENTAL

Talleres de prácticas deportivas

I. Definición del programa

En este tipo de programa, se tienen en cuenta los intereses corporales de la persona, así como su madurez, la capacidad intelectual que tiene, sus habilidades específicas, las necesidades biosicológicas. Estos factores son tenidos en cuenta cuando una institución ofrece sus servicios y expresa enseñanza a los estudiantes. Cuando un individuo entra a formar parte de un sistema nuevo, desconocido, se provoca en él, una serie de reacciones y manifestaciones, tales como inseguridad, miedo, ansiedad, nerviosismo, etc. Estas respuestas se pueden interpretar como las lógicas ante situaciones nuevas no previstas frente a las que no se sabe cómo enfrentarse.

La atención integral del individuo en su dimensión bio-psico-social comprende las acciones coordinadas para el cuidado de su salud.

A decir de Grasso, A: El deporte está definido por los avances sociales, científicos y tecnológicos. Las demandas sociales han generado la importancia en los currículos institucionales.

II. Fundamentación del programa

Grasso, A. (2009); menciona: El deporte está definido por los avances sociales, científicos y tecnológicos. Las demandas sociales han generado la importancia en los currículos institucionales. Por ello, se busca crear conciencia crítica sobre el cuidado de su salud y para tener una vida de calidad. Se requiere tener las competencias siguientes:

b. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad

MINEDU (2016); plantea: Los alumnos interactúan en el espacio con sus pares, reflexionando sobre sí mismo; construyendo su autoestima. Interioriza y sistematiza sus desplazamientos de acuerdo a sus potencialidades al realizar actividades físicas diarias y se comunica corporalmente mediante desempeños.

c. Asume una vida saludable

MINEDU (2016); plantea: Los alumnos poseen reflexiones acerca de su integridad, del bienestar y de la formación física saludable, posturas corporales adecuadas, alimentación saludable e higiene personal y del ambiente, según sus recursos y entorno sociocultural y ambiental, promoviendo la prevención de enfermedades mediante desempeños.

d. Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices

MINEDU (2016); plantea: Es cuando llevas a cabo tus potencialidades para interactuar en la sociedad e incluirse en la convivencia armónica, haciéndose parte del entorno grupal y resolviendo conflictos de manera asertiva, empática y pertinente a cada situación.

III. Objetivo general del programa:

Evaluar la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva que presentan los estudiantes de la Universidad de Huánuco, 2019.

IV. Justificación del programa:

El programa experimental está orientado a mejorar la preferencia deportiva que presentan los estudiantes; aplicando los talleres de la práctica deportiva, las que sirven al docente como estrategia de enseñanza y al estudiante como estrategia de aprendizaje, en el desarrollo de sus estudios.

V. Características del programa:

El programa presenta las siguientes características: Busca crear conciencia crítica sobre el cuidado de su salud y para tener una vida de calidad.

VI. Temporalización:

Cada sesión experimental desarrollada dura todo el proceso de tratamiento.

VII. Desarrollo del programa:

Nuestro programa en experimentación presenta tres dimensiones; de los cuales los docentes y los estudiantes se valdrán para evaluar la influencia de los talleres de la práctica deportiva en la preferencia deportiva.

Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad

- Realiza coordinaciones físicas en acontecimientos deportivos, dirigiendo el desarrollo óptimo de su cuerpo.
- Se adapta a los cambios en relación con su imagen corporal.
- Dialoga conjuntamente con sus amigos de manera corporal.

Asume una vida saludable

- Fundamenta lo importante de la formación física para tener una vida de calidad.
- Realiza campañas de salud orientada a la comunidad y participa en sesiones de actividad física.
- Realiza su plan para su salud integral considerando su alimentación y nutrición y la disciplina deportiva que realiza, e interpretando los resultados de su aptitud física.
- Lleva a cabo situaciones de bienestar alimentario, para el bienestar personal.

Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices

- Realiza actividades deportivas y motiva la formación física disfrutando el juego.
- Rechaza el acto discriminatorio por etnia, capacidades diferentes, condición social y religión en actos lúdicas, recreativas, predeportivas y deportivas.
- Realiza y da a conocer estrategias deportivas de interés colectivo.

VIII. Sesiones experimentales:

- ❖ Sesión N° 01 (fecha: 02/09/2019)
- ❖ Sesión N° 02 (fecha: 04/09/2019)
- ❖ Sesión N° 03 (fecha: 08/09/2019)
- ❖ Sesión N° 04 (fecha: 11/09/2019)
- ❖ Sesión N° 05 (fecha: 15/09/2019)
- ❖ Sesión N° 06 (fecha: 18/09/2019)
- ❖ Sesión N° 07 (fecha: 22/09/2019)
- ❖ Sesión N° 08 (fecha: 25/09/2019)
- ❖ Sesión N° 09 (fecha: 29/09/2019)
- ❖ Sesión N° 10 (fecha: 30/09/2019)
- ❖ Sesión N° 11 (fecha: 06/10/2019)
- ❖ Sesión N° 12 (fecha: 16/10/2019)
- ❖ Sesión N° 13 (fecha: 23/10/2019)
- ❖ Sesión N° 14 (fecha: 27/10/2019)
- ❖ Sesión N° 15 (fecha: 30/10/2019)
- ❖ Sesión N° 16 (fecha: 19/11/2019)
- ❖ Sesión N° 17 (fecha: 21/11/2019)
- ❖ Sesión N° 18 (fecha: 26/11/2019)
- ❖ Sesión N° 19 (fecha: 28/11/2019)
- ❖ Sesión N° 20 (fecha: 02/12/2019)
- ❖ Sesión N° 21 (fecha: 07/02/2019)

SESIÓN N° 1

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (FÚTBOL)

I. DATOS INFORMATIVOS

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| 1.1. Institución | : Universidad de Huánuco |
| 1.2. Facultad | : Derecho y ciencias políticas |
| 1.3. Ciclo | : II-2019 |
| 1.4. Docente | : José Manuel Delgado y Manzano |

Propósito de la sesión de aprendizaje En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del fútbol.

II. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

III. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> Preparar las cosas que necesitamos. Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> Organizar a los estudiantes. Preparación física. Orientaciones sobre las reglas. Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos

IV. SECUENCIA DIDÁCTICA

V.

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Juegan al fútbol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 2

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (VOLEIBOL)

VI. DATOS INFORMATIVOS

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| 1.5. Institución | : Universidad de Huánuco |
| 1.6. Facultad | : Derecho y ciencias políticas |
| 1.7. Ciclo | : II-2019 |
| 1.8. Docente | : José Manuel Delgado y Manzano |

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del voleibol.
--	--

VII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

VIII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

IX. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el voleibol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 3

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (BASQUETBOL)

X. DATOS INFORMATIVOS

1.9. Institución	: Universidad de Huánuco
1.10. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.11. Ciclo	: II-2019
1.12. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del basquetbol.
--	--

XI. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo. • Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XIII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). • Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el basquetbol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 4

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (TENIS DE MESA)

XIV. DATOS INFORMATIVOS

1.13. Institución	: Universidad de Huánuco
1.14. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.15. Ciclo	: II-2019
1.16. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del tenis de mesa.
--	---

XV. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XVI. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XVII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el tenis de mesa. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 5

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (AJEDREZ)

XVIII. DATOS INFORMATIVOS

1.17. Institución	: Universidad de Huánuco
1.18. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.19. Ciclo	: II-2019
1.20. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del ajedrez.
--	---

XIX. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XX. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XXI. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el ajedrez. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 6

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (KARATE)

XXII. DATOS INFORMATIVOS

1.21. Institución	: Universidad de Huánuco
1.22. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.23. Ciclo	: II-2019
1.24. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del karate.
--	--

XXIII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XXIV. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XXV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el karate. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 7

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (NATAACION)

XXVI. DATOS INFORMATIVOS

1.25. Institución	: Universidad de Huánuco
1.26. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.27. Ciclo	: II-2019
1.28. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través de la natación.

XXVII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XXVIII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitare?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XXIX. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican la natación. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 8

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (FÚTBOL)

XXX. DATOS INFORMATIVOS

1.29. Institución	: Universidad de Huánuco
1.30. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.31. Ciclo	: II-2019
1.32. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del fútbol.
--	--

XXXI. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	Interactúa a través de habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XXXII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XXXIII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Juegan el fútbol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 9

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (VOLEIBOL)

XXXIV. DATOS INFORMATIVOS

- 1.33. Institución : Universidad de Huánuco
 1.34. Facultad : Derecho y ciencias políticas
 1.35. Ciclo : II-2019
 1.36. Docente : José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del voleibol.

XXXV. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	Interactúa a través de habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XXXVI. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XXXVII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el voleibol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 10

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (BASQUETBOL)

XXXVIII. DATOS INFORMATIVOS

1.37. Institución	: Universidad de Huánuco
1.38. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.39. Ciclo	: II-2019
1.40. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del basketbol.
--	---

XXXIX. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	Interactúa a través de habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XL. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XLI. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el basquetbol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 11

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (TENIS DE MESA)

XLII. DATOS INFORMATIVOS

1.41. Institución	: Universidad de Huánuco
1.42. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.43. Ciclo	: II-2019
1.44. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del tenis de mesa.
--	---

XLIII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	Interactúa a través de habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XLIV. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XLV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el tenis de mesa. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 12

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (AJEDREZ)

XLVI. DATOS INFORMATIVOS

1.45. Institución	: Universidad de Huánuco
1.46. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.47. Ciclo	: II-2019
1.48. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del ajedrez.
--	---

XLVII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	Interactúa a través de habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

XLVIII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

XLIX. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el ajedrez. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 13

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (KARATE)

L. DATOS INFORMATIVOS

1.49. Institución	: Universidad de Huánuco
1.50. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.51. Ciclo	: II-2019
1.52. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del karate.
--	--

LI. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	Interactúa a través de habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LIII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el karate. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 14

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (NATAACION)

LIV. DATOS INFORMATIVOS

1.53. Institución	: Universidad de Huánuco
1.54. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.55. Ciclo	: II-2019
1.56. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través de la natación.
--	--

LV. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	Interactúa a través de habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LVI. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LVII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican la natación. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 15

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (FÚTBOL)

LVIII. DATOS INFORMATIVOS

1.57. Institución	: Universidad de Huánuco
1.58. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.59. Ciclo	: II-2019
1.60. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del fútbol.
--	--

LIX. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la relación entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LX. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LXI. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el fútbol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 16

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (VOLEIBOL)

LXII. DATOS INFORMATIVOS

1.61. Institución	: Universidad de Huánuco
1.62. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.63. Ciclo	: II-2019
1.64. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del voleibol.
--	--

LXIII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la relación entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LXIV. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LXV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el voleibol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 17

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (BASQUETBOL)

LXVI. DATOS INFORMATIVOS

1.65. Institución	: Universidad de Huánuco
1.66. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.67. Ciclo	: II-2019
1.68. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del basketbol.
--	---

LXVII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la relación entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LXVIII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LXIX. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el basquetbol. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 18

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (TENIS DE MESA)

LXX. DATOS INFORMATIVOS

1.69. Institución	: Universidad de Huánuco
1.70. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.71. Ciclo	: II-2019
1.72. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del tenis de mesa.
--	--

LXXI. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la relación entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LXXII. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LXXIII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el tenis de mesa. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 19

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (AJEDREZ)

LXXIV. DATOS INFORMATIVOS

1.73. Institución	: Universidad de Huánuco
1.74. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.75. Ciclo	: II-2019
1.76. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del ajedrez.
--	---

LXXV. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la relación entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LXXVI. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LXXVII. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el ajedrez. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 20

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (KARATE)

LXXVIII. DATOS INFORMATIVOS

1.77. Institución	: Universidad de Huánuco
1.78. Facultad	: Derecho y ciencias políticas
1.79. Ciclo	: II-2019
1.80. Docente	: José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje	En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través del karate.
--	--

LXXIX. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la relación entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LXXX. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LXXXI. ECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican el karate. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE

SESIÓN N° 21

TALLERES DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: (NATAACION)

LXXXII. DATOS INFORMATIVOS

- 1.81. Institución : Universidad de Huánuco
 1.82. Facultad : Derecho y ciencias políticas
 1.83. Ciclo : II-2019
 1.84. Docente : José Manuel Delgado y Manzano

Propósito de la sesión de aprendizaje En esta sesión, los estudiantes comprenden su cuerpo y se expresan corporalmente a través de la natación.

LXXXIII. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
				TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Talleres deportivos	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la relación entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida.. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces. ✓ Se adapta a los cambios que experimenta su cuerpo. ✓ Elabora con sus compañeros diálogos corporales. 	Encuesta	Cuestionario

LXXXIV. PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué haré?	¿Cómo lo haré?	¿Qué necesitaré?
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Preparar las cosas que necesitamos. ✓ Practicar la disciplina deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar a los estudiantes. ✓ Preparación física. ✓ Orientaciones sobre las reglas. ✓ Los estudiantes practican el deporte respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ropa deportiva ✓ Campo deportivo ✓ Balones ✓ Materiales diversos

LXXXV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOM.	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Realizan las actividades permanentes de entrada (orientaciones generales sobre la disciplina deportiva a practicar). Dialogan sobre la disciplina a practicar: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la disciplina? ¿Conocen el reglamento? ¿De qué trata y qué nos enseña? 	Ropa deportiva Campo deportivo	20"

DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Realizan calentamientos para subir la temperatura corporal, prevenir lesiones y preparar el cuerpo. • Ejecutan estiramientos sirven para estirar y relajar los músculos que están contraídos. Además, es una buena manera de trabajar la flexibilidad. • Realizan movimientos articulares. • Practican actividades para el calentamiento específico. • Reconocen el escenario donde van a jugar. • Practican la natación. • Utilizan diversas expresiones orales de manera respetuosa. • Respetan el reglamento en todos sus ámbitos. 	Ropa deportiva Campo deportivo Balones Materiales diversos	45"								
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogan sobre la disciplina practicada. • Son evaluados mediante la metacognición. <table border="1"> <thead> <tr> <th>¿Qué aprendimos?</th><th>¿Cómo aprendimos?</th><th>¿Qué usamos?</th><th>¿Para qué nos servirá?</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?					Ficha de metacognición	25"
¿Qué aprendimos?	¿Cómo aprendimos?	¿Qué usamos?	¿Para qué nos servirá?								

José Manuel Delgado y Manzano

DOCENTE



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☒ Masculino ☐ Femenino.
2. Edad :21.....años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☐ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☒ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☒ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☒ Sí.
 - b) ☐ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☐ Medio día.
 - c) ☒ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☒ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☐ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☒ Sí ¿Qué actividad?.....Taekwondo.....
 - b) ☐ No ¿Por qué?.....



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☒ Masculino ☐ Femenino.
2. Edad :21.....años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☐ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☒ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☒ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☒ Sí.
 - b) ☐ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☐ Medio día.
 - c) ☒ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☒ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☐ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☒ Sí ¿Qué actividad?.....En Karate.....
 - b) ☐ No ¿Por qué?.....



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☒ Competitiva.
b) ☐ Formativa.
c) ☐ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☒ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
X		X		X	

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☒ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

21. Indique

porque: *Por los materiales de entrenamiento*

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☒ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porque: *Por que están en mal estado*

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí. Indique cual: *Fútbol*
b) ☐ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

.....
.....



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☒ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	X			X	

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☒ Salud.
b) ☐ Utilización del tiempo libre.
c) ☐ Estética.
d) ☐ Interacción Social.
e) ☐ Alto rendimiento.
f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- Arte marcial "Muyay Taij"
• Atletismo
• Maraton
•
•

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

Lunes: 5:00 p.m. a 6:00 p.m.
Martes:
Miércoles: " "
Jueves: " "
Viernes: " "
Sábado: " "

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☐ Masculino ☒ Femenino.
2. Edad : 22 años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☐ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☒ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☒
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☒ Sí.
 - b) ☐ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☐ Medio día.
 - c) ☒ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☐ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☒ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☐ Sí ¿Qué actividad?.....
 - b) ☒ No ¿Por qué?..... No tiempo



9. Si su respuesta es "Sí", la actividad fue de forma:

- a) ☐ Competitiva.
- b) ☐ Formativa.
- c) ☐ Recreativa.

10. ¿En la actualidad practica deportes regularmente?

- a) ☒ Sí
- b) ☐ No

PARTICIPACIÓN DEPORTIVA EN LOS PROGRAMAS DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

11. ¿Conoce el programa de deportes de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí.
- b) ☐ No (Pase a la pregunta 13).

12. ¿A través de que medio se enteró del programa de deportes?

- a) ☐ Página Web.
- b) ☒ Publicaciones.
- c) ☐ Por otro compañero.
- d) ☐ Otro medio, indique cual:

13. ¿Por cuál razón cree que no conoce el programa de deportes?

- a) ☒ Ausencia de información.
- b) ☐ Falta de interés personal.
- c) ☐ Otra. Indique cual:

14. ¿Actualmente es usuario del programa de deportes ofrecido por Bienestar Universitario?

- a) ☐ Sí (pase a la pregunta 16).
- b) ☒ No.

15. Si su respuesta es "NO". Indique la razón:

- a) ☐ No tiene tiempo.
- b) ☐ No puede realizar actividades deportivas.
- c) ☐ El Horario no es el adecuado.
- d) ☐ No son de su agrado ¿Por qué?
- e) ☒ Otra razón. Indique cual: No sabe

16. ¿Qué actividades deportivas practica, de las ofrecidas por la Universidad de Huánuco?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Fútbol. | <input type="checkbox"/> Voleibol. |
| <input checked="" type="checkbox"/> Karate. | <input type="checkbox"/> Tenis de mesa. |
| <input type="checkbox"/> Basquetbol. | <input type="checkbox"/> Natación. |
| <input type="checkbox"/> Ajedrez. | |



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☐ Competitiva.
b) ☐ Formativa.
c) ☒ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☒ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					<input checked="" type="checkbox"/>

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☒ Deficiente.

21. Indique

porqué:.....

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☒ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porque:.....

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí. Indique cual: caminata
b) ☐ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

Saludable y trabajo



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☒ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
X		X		X	X

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☒ Salud.
b) ☒ Utilización del tiempo libre.
c) ☐ Estética.
d) ☐ Interacción Social.
e) ☐ Alto rendimiento.
f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- Tenis en campo
.....
.....
.....
.....
.....

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

- Lunes:
Martes:
Miércoles:
Jueves:
Viernes:
Sábado: X Tiempo más libre

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☒ Masculino ☐ Femenino.
2. Edad : 26 años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☐ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☒ Seguro Privado.
 - d) ☐ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☒
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☒ Sí.
 - b) ☐ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☒ Medio día.
 - c) ☐ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☐ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☒ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☒ Sí ¿Qué actividad? Basket ball
 - b) ☐ No ¿Por qué?



9. Si su respuesta es "Sí", la actividad fue de forma:

- a) ☒ Competitiva.
- b) ☐ Formativa.
- c) ☐ Recreativa.

10. ¿En la actualidad practica deportes regularmente?

- a) ☐ Sí
- b) ☒ No

PARTICIPACIÓN DEPORTIVA EN LOS PROGRAMAS DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

11. ¿Conoce el programa de deportes de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí.
- b) ☐ No (Pase a la pregunta 13).

12. ¿A través de que medio se enteró del programa de deportes?

- a) ☐ Página Web.
- b) ☐ Publicaciones.
- c) ☒ Por otro compañero.
- d) ☐ Otro medio, indique cual:

13. ¿Por cuál razón cree que no conoce el programa de deportes?

- a) ☐ Ausencia de información.
- b) ☐ Falta de interés personal.
- c) ☐ Otra. Indique cual:

14. ¿Actualmente es usuario del programa de deportes ofrecido por Bienestar Universitario?

- a) ☐ Sí (pase a la pregunta 16).
- b) ☒ No.

15. Si su respuesta es "NO". Indique la razón:

- a) ☒ No tiene tiempo.
- b) ☐ No puede realizar actividades deportivas.
- c) ☐ El Horario no es el adecuado.
- d) ☐ No son de su agrado ¿Por qué?.....
- e) ☐ Otra razón. Indique cual:

16. ¿Qué actividades deportivas practica, de las ofrecidas por la Universidad de Huánuco?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Fútbol. | <input type="checkbox"/> Voleibol. |
| <input type="checkbox"/> Karate. | <input type="checkbox"/> Tenis de mesa. |
| <input checked="" type="checkbox"/> Basquetbol. | <input type="checkbox"/> Natación. |
| <input type="checkbox"/> Ajedrez. | |



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☒ Competitiva.
b) ☐ Formativa.
c) ☐ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☒ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					X

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☒ Deficiente.

21. Indique

porque: No, cuenta con salidas cerradas

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☒ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porque:

Deben de mejorar sus objetos de
trabajo.

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí. Indique cual: Fútbol
b) ☐ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

JUEGO PARA UN CLUB



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☒ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☒ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
X		X		X	X

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☐ Salud.
b) ☐ Utilización del tiempo libre.
c) ☐ Estética.
d) ☐ Interacción Social.
e) ☒ Alto rendimiento.
f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- Natación
Squash
.....
.....
.....

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

Lunes:
Martes:
Miércoles:
Jueves:
Viernes:
Sábado: 8:00 - 12:00

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☐ Masculino ☒ Femenino.
2. Edad :18.....años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☒ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☐ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☒ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☒ Sí.
 - b) ☐ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☒ Medio día.
 - c) ☐ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☐ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☒ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☐ Sí ¿Qué actividad?.....
 - b) ☒ No ¿Por qué?.....*porque no me gusta*.....



9. Si su respuesta es "Sí", la actividad fue de forma:

- a) ☐ Competitiva.
- b) ☐ Formativa.
- c) ☐ Recreativa.

10. ¿En la actualidad practica deportes regularmente?

- a) ☐ Sí
- b) ☒ No

PARTICIPACIÓN DEPORTIVA EN LOS PROGRAMAS DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

11. ¿Conoce el programa de deportes de la Universidad de Huánuco?

- a) ☐ Sí.
- b) ☒ No (Pase a la pregunta 13).

12. ¿A través de que medio se enteró del programa de deportes?

- a) ☐ Página Web.
- b) ☐ Publicaciones.
- c) ☒ Por otro compañero.
- d) ☐ Otro medio, indique cual:

13. ¿Por cuál razón cree que no conoce el programa de deportes?

- a) ☒ Ausencia de información.
- b) ☐ Falta de interés personal.
- c) ☐ Otra. Indique cual:

14. ¿Actualmente es usuario del programa de deportes ofrecido por Bienestar Universitario?

- a) ☐ Sí (pase a la pregunta 16).
- b) ☒ No.

15. Si su respuesta es "NO". Indique la razón:

- a) ☒ No tiene tiempo.
- b) ☐ No puede realizar actividades deportivas.
- c) ☐ El Horario no es el adecuado.
- d) ☐ No son de su agrado ¿Por qué?.....
- e) ☐ Otra razón. Indique cual:

16. ¿Qué actividades deportivas practica, de las ofrecidas por la Universidad de Huánuco?

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Fútbol. | <input type="checkbox"/> Voleibol. |
| <input type="checkbox"/> Karate. | <input type="checkbox"/> Tenis de mesa. |
| <input type="checkbox"/> Basquetbol. | <input checked="" type="checkbox"/> Natación. |
| <input type="checkbox"/> Ajedrez. | |



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☐ Competitiva.
b) ☐ Formativa.
c) ☒ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☒ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
X			X		

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☒ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

21. Indique

porque:..... amplia bien

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☒ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porque:..... si

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☐ Sí. Indique cual:.....
b) ☒ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

.....
.....



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☒ 1 hora semanal.
- b) ☐ 2 horas semanales.
- c) ☐ 3 horas semanales.
- d) ☐ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	X				

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☒ Salud.
- b) ☐ Utilización del tiempo libre.
- c) ☐ Estética.
- d) ☐ Interacción Social.
- e) ☐ Alto rendimiento.
- f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- El Tenis
- badminton
-
-
-

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

- Lunes:
- Martes:
- Miércoles:
- Jueves:
- Viernes:
- Sábado: en mejor

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☐ Masculino ☒ Femenino.
2. Edad :²¹ años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☐ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☒ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☒ 9 ☐ 10 ☐
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☒ Sí.
 - b) ☐ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☐ Medio día.
 - c) ☒ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☒ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☐ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☐ Sí ¿Qué actividad?.....
 - b) ☒ No ¿Por qué?..... *porque no me da tiempo para hacerlo*



9. Si su respuesta es "Sí", la actividad fue de forma:

- a) ☐ Competitiva.
- b) ☐ Formativa.
- c) ☐ Recreativa.

10. ¿En la actualidad practica deportes regularmente?

- a) ☐ Sí
- b) ☒ No

PARTICIPACIÓN DEPORTIVA EN LOS PROGRAMAS DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

11. ¿Conoce el programa de deportes de la Universidad de Huánuco?

- a) ☐ Sí.
- b) ☒ No (Pase a la pregunta 13).

12. ¿A través de que medio se enteró del programa de deportes?

- a) ☐ Página Web.
- b) ☐ Publicaciones.
- c) ☐ Por otro compañero.
- d) ☐ Otro medio, indique cual:

13. ¿Por cuál razón cree que no conoce el programa de deportes?

- a) ☒ Ausencia de información.
- b) ☐ Falta de interés personal.
- c) ☐ Otra. Indique cual:

14. ¿Actualmente es usuario del programa de deportes ofrecido por Bienestar Universitario?

- a) ☐ Sí (pase a la pregunta 16).
- b) ☒ No.

15. Si su respuesta es "NO". Indique la razón:

- a) ☒ No tiene tiempo.
- b) ☐ No puede realizar actividades deportivas.
- c) ☐ El Horario no es el adecuado.
- d) ☐ No son de su agrado ¿Por qué?.....
- e) ☐ Otra razón. Indique cual:

16. ¿Qué actividades deportivas practica, de las ofrecidas por la Universidad de Huánuco?

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Fútbol. | <input type="checkbox"/> Voleibol. |
| <input type="checkbox"/> Karate. | <input type="checkbox"/> Tenis de mesa. |
| <input type="checkbox"/> Basquetbol. | <input type="checkbox"/> Natación. |
| <input type="checkbox"/> Ajedrez. | |



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☐ Competitiva.
b) ☐ Formativa.
c) ☐ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

21. Indique

porqué:.....

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porque:.....

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí. Indique cual:.....*gimnasia*.....
b) ☐ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

.....*porque me gusta tener un cuerpo saludable.*.....
.....



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☒ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					X

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☒ Salud.
b) ☐ Utilización del tiempo libre.
c) ☒ Estética.
d) ☐ Interacción Social.
e) ☐ Alto rendimiento.
f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- Gim Aeróbicos
• Spinning
• Gaminatas
•
•

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

- Lunes:
Martes:
Miércoles:
Jueves:
Viernes:
Sábado: 4:00 a 5:00 pm

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☒ Masculino ☐ Femenino.
2. Edad :10.....años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☐ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☒ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☒ 10 ☐
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☐ Sí.
 - b) ☒ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☒ Medio día.
 - c) ☐ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☐ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☒ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☒ Sí ¿Qué actividad?.....Fútbol.....
 - b) ☐ No ¿Por qué?.....



9. Si su respuesta es "Sí", la actividad fue de forma:

- a) ☐ Competitiva.
- b) ☐ Formativa.
- c) ☒ Recreativa.

10. ¿En la actualidad practica deportes regularmente?

- a) ☒ Sí
- b) ☐ No

PARTICIPACIÓN DEPORTIVA EN LOS PROGRAMAS DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

11. ¿Conoce el programa de deportes de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí.
- b) ☐ No (Pase a la pregunta 13).

12. ¿A través de que medio se enteró del programa de deportes?

- a) ☒ Página Web.
- b) ☐ Publicaciones.
- c) ☐ Por otro compañero.
- d) ☐ Otro medio, indique cual:

13. ¿Por cuál razón cree que no conoce el programa de deportes?

- a) ☒ Ausencia de información.
- b) ☐ Falta de interés personal.
- c) ☐ Otra. Indique cual:

14. ¿Actualmente es usuario del programa de deportes ofrecido por Bienestar Universitario?

- a) ☒ Sí (pase a la pregunta 16).
- b) ☐ No.

15. Si su respuesta es "NO". Indique la razón:

- a) ☐ No tiene tiempo.
- b) ☐ No puede realizar actividades deportivas.
- c) ☒ El Horario no es el adecuado.
- d) ☐ No son de su agrado ¿Por qué?.....
- e) ☐ Otra razón. Indique cual:

16. ¿Qué actividades deportivas practica, de las ofrecidas por la Universidad de Huánuco?

- | | |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Fútbol. | <input type="checkbox"/> Voleibol. |
| <input type="checkbox"/> Karate. | <input type="checkbox"/> Tenis de mesa. |
| <input type="checkbox"/> Basquetbol. | <input type="checkbox"/> Natación. |
| <input type="checkbox"/> Ajedrez. | |



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☒ Competitiva.
b) ☐ Formativa.
c) ☐ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☒ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
				X	X

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☒ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

21. Indique

porqué: Por muy buenas Para Poder Realizar

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☒ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porque: Mejorar la Educación

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí. Indique cual: Fútbol
b) ☐ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

Si Porqu Me gusta



26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☒ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					X

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☐ Salud.
b) ☒ Utilización del tiempo libre.
c) ☐ Estética.
d) ☐ Interacción Social.
e) ☐ Alto rendimiento.
f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- Tenis
• Fútbol americano
• Natación
•
•

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

- Lunes:
Martes:
Miércoles:
Jueves:
Viernes:
Sábado: desde las 9:00 am a 12:00 am

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☐ Masculino ☒ Femenino.
2. Edad :18.....años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☐ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☒ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☒ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☐ Sí.
 - b) ☒ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☒ Medio día.
 - c) ☐ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☐ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☐ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☐ Sí ¿Qué actividad?.....
 - b) ☒ No ¿Por qué?.....



9. Si su respuesta es "Sí", la actividad fue de forma:

- a) ☐ Competitiva.
- b) ☐ Formativa.
- c) ☐ Recreativa.

10. ¿En la actualidad practica deportes regularmente?

- a) ☐ Sí
- b) ☒ No

PARTICIPACIÓN DEPORTIVA EN LOS PROGRAMAS DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

11. ¿Conoce el programa de deportes de la Universidad de Huánuco?

- a) ☐ Sí.
- b) ☒ No (Pase a la pregunta 13).

12. ¿A través de que medio se enteró del programa de deportes?

- a) ☐ Página Web.
- b) ☐ Publicaciones.
- c) ☐ Por otro compañero.
- d) ☐ Otro medio, indique cual:

13. ¿Por cuál razón cree que no conoce el programa de deportes?

- a) ☒ Ausencia de información.
- b) ☐ Falta de interés personal.
- c) ☐ Otra. Indique cual:

14. ¿Actualmente es usuario del programa de deportes ofrecido por Bienestar Universitario?

- a) ☒ Sí (pase a la pregunta 16).
- b) ☐ No.

15. Si su respuesta es "NO". Indique la razón:

- a) ☐ No tiene tiempo.
- b) ☐ No puede realizar actividades deportivas.
- c) ☐ El Horario no es el adecuado.
- d) ☐ No son de su agrado ¿Por qué?
- e) ☐ Otra razón. Indique cual:

16. ¿Qué actividades deportivas practica, de las ofrecidas por la Universidad de Huánuco?

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Fútbol. | <input type="checkbox"/> Voleibol. |
| <input type="checkbox"/> Karate. | <input type="checkbox"/> Tenis de mesa. |
| <input type="checkbox"/> Basquetbol. | <input type="checkbox"/> Natación. |
| <input type="checkbox"/> Ajedrez. | <input checked="" type="checkbox"/> DANZA |



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☐ Competitiva.
b) ☐ Formativa.
c) ☐ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☒ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					X

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☒ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

21. Indique porqué: hay un espacio adecuado para la realización de las actividades

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☒ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porqué: hay los instrumentos adecuados

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☐ Sí. Indique cual:.....
b) ☒ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

.....
.....



26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☐ 1 hora semanal.
- b) ☐ 2 horas semanales.
- c) ☐ 3 horas semanales.
- d) ☐ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☒ Salud.
- b) ☐ Utilización del tiempo libre.
- c) ☐ Estética.
- d) ☐ Interacción Social.
- e) ☐ Alto rendimiento.
- f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- Karate
- Atletismo
- Balon mano
-
-

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

- Lunes:
- Martes:
- Miércoles:
- Jueves:
- Viernes:
- Sábado: ☒

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



"PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO"

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recaudar información para identificar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Universidad de Huánuco. Los resultados serán presentados a la Dirección de Bienestar Universitario para que sean aprovechados en busca del mejoramiento de servicios ofrecidos por la unidad.

A fin de lograr los objetivos le pido ser muy verás en sus respuestas.

Por favor marque con una "X" sus respuestas.

IDENTIFICACIÓN:

1. Género : ☐ Masculino ☒ Femenino.
2. Edad :²² años
3. ¿Está afiliado a un sistema de salud?
 - a) ☒ S.I.S.
 - b) ☐ ESSALUD.
 - c) ☐ Seguro Privado.
 - d) ☐ No tiene.
4. Ciclo de estudios:
1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☒ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐
5. ¿Actualmente Trabaja?
 - a) ☐ Sí.
 - b) ☒ No (pase a la pregunta 8)
6. Su Jornada laboral diaria es:
 - a) ☐ Menos de 4 horas.
 - b) ☐ Medio día.
 - c) ☐ 8 horas.
7. Su nivel de ingreso es:
 - a) ☐ Menos de un salario mínimo.
 - b) ☐ Entre 1 y 2 salarios mínimos.
 - c) ☐ Entre 3 y 4 salarios mínimos.
8. ¿Realizó actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad de Huánuco?
 - a) ☒ Sí ¿Qué actividad?.....^{Atletismo}.....
 - b) ☐ No ¿Por qué?.....



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

9. Si su respuesta es "Sí", la actividad fue de forma:

- a) ☐ Competitiva.
- b) ☒ Formativa.
- c) ☐ Recreativa.

10. ¿En la actualidad practica deportes regularmente?

- a) ☐ Sí
- b) ☒ No

PARTICIPACIÓN DEPORTIVA EN LOS PROGRAMAS DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

11. ¿Conoce el programa de deportes de la Universidad de Huánuco?

- a) ☒ Sí.
- b) ☐ No (Pase a la pregunta 13).

12. ¿A través de que medio se enteró del programa de deportes?

- a) ☐ Página Web.
- b) ☐ Publicaciones.
- c) ☒ Por otro compañero.
- d) ☐ Otro medio, indique cual:

13. ¿Por cuál razón cree que no conoce el programa de deportes?

- a) ☒ Ausencia de información.
- b) ☐ Falta de interés personal.
- c) ☐ Otra. Indique cual:

14. ¿Actualmente es usuario del programa de deportes ofrecido por Bienestar Universitario?

- a) ☒ Sí (pase a la pregunta 16).
- b) ☐ No.

15. Si su respuesta es "NO". Indique la razón:

- a) ☐ No tiene tiempo.
- b) ☐ No puede realizar actividades deportivas.
- c) ☐ El Horario no es el adecuado.
- d) ☐ No son de su agrado ¿Por qué?
- e) ☐ Otra razón. Indique cual:

16. ¿Qué actividades deportivas practica, de las ofrecidas por la Universidad de Huánuco?

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Fútbol. | <input type="checkbox"/> Voleibol. |
| <input type="checkbox"/> Karate. | <input type="checkbox"/> Tenis de mesa. |
| <input type="checkbox"/> Basquetbol. | <input type="checkbox"/> Natación. |
| <input type="checkbox"/> Ajedrez. | |

OTRA



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

17. ¿En qué forma participa de estas actividades deportivas?

- a) ☐ Competitiva.
b) ☒ Formativa.
c) ☐ Recreativa.

18. ¿Las prácticas en el programa de deportes con qué frecuencia lo realiza?

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☒ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

19. ¿En qué día(s) realiza dicha práctica deportiva?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					<input checked="" type="checkbox"/>

20. A las instalaciones deportivas las considera como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☐ Bueno.
c) ☒ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

21. Indique

porque: falto campo en la base deportiva

22. La implementación deportiva lo valora como:

- a) ☐ Excelente.
b) ☒ Bueno.
c) ☐ Aceptable.
d) ☐ Deficiente.

23. Indique porque:.....

PRACTICA DEPORTES FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

24. ¿Actualmente practica algún deporte fuera de la Universidad de Huánuco?

- a) ☐ Sí. Indique cual:.....
b) ☒ No.

25. Si la respuesta es "Sí", Indique ¿Por qué?

.....
.....



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Oficina de Bienestar Universitario y Tutoría

26. Si la respuesta es "Sí", la duración de la actividad deportiva es:

- a) ☐ 1 hora semanal.
b) ☐ 2 horas semanales.
c) ☐ 3 horas semanales.
d) ☐ Más de 3 horas semanales.

27. ¿Qué días practica deportes fuera de la Universidad de Huánuco?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

28. ¿Cuál es su motivación hacia la práctica deportiva?

- a) ☒ Salud.
b) ☐ Utilización del tiempo libre.
c) ☐ Estética.
d) ☐ Interacción Social.
e) ☐ Alto rendimiento.
f) ☐ Otra. Indique Cual:

REFERENCIAS DEPORTIVAS INSATISFECHAS

29. ¿Qué actividades deportivas le gustaría que ofreciera la Universidad de Huánuco?

- gimnasia
• atletismo
•
•
•

30. ¿Qué horarios son ideales para su práctica deportiva?

- Lunes:
Martes:
Miércoles:
Jueves:
Viernes:
Sábado: por que después de todo los tiempos
académicos, se está mejorando

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



TALLERES DEPORTIVOS





TALLERES DEPORTIVOS





TALLERES DEPORTIVOS





TALLERES DEPORTIVOS





TALLERES DEPORTIVOS





TALLERES DEPORTIVOS

